ดร.วิชัย ; กราบนมัสการพระอาจารย์ครับ ผมมีข้อที่ไม่เข้าใจจากการปฏิบัติ ดังนี้ ผมได้ปฏิบัติทิ้งขนนกแล้ว อาการที่พร้อมจะเกิดการหาว และทำครบทุกอักษรแล้ว จาก-นั้นเริ่มชักปะคำ แต่ไม่เกิดปิติเลย ขณะตั้งลมชักปะคำ ตามองที่ตัวอักษรมีแสงสว่างที่ตัวอักษรทุกตัว ไม่ทราบว่าเกิดอะไร

ส่วนการปฏิบัติตั้งลม ใช้ผ้าขาวปูพื้นข้างหน้า นั่งไปซักระยะเกิดเป็นแสงเหมือนแสงเทียนแต่ไม่สว่างมาก บนผ้าขาวแล้วก็มีแสงนวลขาวแวบเข้ามา แล้วก็หายไปเหลือแสงออกเหลือง ๆ กลมอยู่บนผ้า แล้วแสงนวลขาวแวบเข้ามา เป็นอยู่อย่างนั้น ไม่สามารถเอาภาพลงไปวางได้ แสงสีเหลืองนั้นมองเหมือนลึกลงไป

กลับมาที่ตอนชักปะคำ ตัวอักษรเวลามองเหมือนกับว่า ไม่สามารถเพ่งให้ชัดได้ แค่มองเห็นเท่านั้น

พระอาจารย์ ; ท่าน Dr นั่นเป็น "ปิติ" เป็น ขณิกาปิติ นะ ลักษณะของ "ปิติ" มี ๕ ชนิด คือ

๑. **ขุททกาปิติ** คือ เกิดอาการขนหัวลุก ขนลุกน้ำตาไหล เกิดอาการคล้ายหน้ามืดเวียนหัว เป็นต้น

๒. **ขณิกาปิติ** เช่น เกิดแสงสว่างจ้า เหมือนไฟฉายส่อง หรือ แสงเว๊บวับที่หางตา หรือ คล้ายมีคนยืน หรือเดินผ่านแวบชนิดมองไม่ทัน เกิดอาการเนื้อเต้น กระตุกเป็นส่วน ๆ คล้ายลูกหนู ตามแขนขา หรือตัวร้อนวูบวาบ หรือ คันตามตัวชนิดไม่ใช่โดนหมามุ่ยหรือแมงกัด ร้อนในท้องมวนท้องคล้ายจะอึ ใจสั่นคล้ายเป็นลม เห็นสีเหลือง

ขาว หรือไฟลุก

๓. **โอกันติกาปิติ** ตัวเต้น(คล้ายปลุกพระ) บ้านหมุนหรือแผ่นดินโคลงเคลง คล้ายอยู่ในเรือ ตัวเย็นวูบวาบคล้ายมีลมพัด

๔. **อุพเพ็งคาปิติ** ตัวคล้ายพองลม(อึ่งอ่าง) หรือลุกวิ่ง หรือเดินคล้ายละเมอ แสบร้อนตามตัว ตัวเบาคล้ายว่าจะลอยได้(เหตุนี้ถึงห้ามหลับตา ไม่งั้นบ้าได้) หนักขาหนักตัว ยกแขนขาไม่ขึ้น

๕. **ผรณาปิติ** คือ ตัวคล้ายว่าสูงขึ้น คือตัวยืดขึ้นสูงขึ้นค้ำเพดาน ตัวเย็นเหมือนแช่น้ำ มือเท้าเย็นเหมือนกับลมขึ้น ตัวเบาเหมือนสำลี ทั้งนั่งและนอน ลุกแล้วกลัวล้ม อาการเย็นซ่าไปทั้งตัว (แต่ไม่ใช่ซ่าเพราะเหน็บชา)

ทั้ง ๕ ชนิดนี้บอกคร่าว ๆ เอาไว้วันเสาร์จะอธิบายแบบชัด ๆ อีกครั้ง เจริญพร ท่าน Dr และสาธุชนทุกท่าน

<u>คุณณัฐ</u> ; ข้อ ๓ นี่ เกิดกับณัฐแต่ไม่รู้ว่าเป็นไร คิดว่าตัวเองทำมากเกินไป จำได้ปะ ดร.วิชัย ที่ณัฐทำแล้วเป็น ๓ – ๔ ครั้ง แต่คิดว่าเราไม่สบาย บ้านหมุน คิดว่าเราเวียนหัว อ่ะค่ะ

<u>พระอาจารย์</u> ; แสดงว่าคุณ Nut ได้ปิติแล้ว แต่ไม่รู้ว่าตัวเองได้ตรงตัวไหน ไปหาอารมณ์ที่ได้มา และจำไว้สำหรับอธิษฐาน

ปิติ บางทีก็เปลี่ยนแปลงได้นะ เหมือนกับว่า ตอนนี้ชอบหอยทอดแม่แป๊ด พรุ่งนี้เปลี่ยนเป็นชอบขนมเทียน ดังนั้นจึงต้องทิ้งขนนก และชักปะคำ เดินหน้า(อนุโลม) ถอยหลัง(ปฏิโลม) เพื่อหาปิติแท้ ๆ ให้ได้ นั่นคือ เทวดาประจำตัวเราไปตลอดชีวิต ติดขัดคุยเลย รับรองได้ผล เรื่องยากจน ไม่ต้องพบกันชาตินี้ เจริญพร

เมื่อได้ปิติแท้ ๆ แล้วก็เหมือนเราได้แก้วสารพัดนึก เพียงนึกอธิษฐาน ทุกอย่างก็ได้ดั่งประสงค์ และนี่แหละผู้ที่ปฏิบัติชอบ จึงมีชีวิตที่เจริญก้าวหน้าทุกประการ จะทำอะไรก็ได้สมประสงค์ ตัวอย่างแม่แป๊ด ขายอะไรก็ขายได้หมดชนิดเหลือเชื่อ ซึ่งต่างจากผู้ที่ไม่ปฏิบัติแม้ทำดีอย่างไร ก็ไม่มีคนเห็น ในที่สุดก็ "เฉา" ตาย

ส่วนที่กล่าวไปแล้วนั้นเป็นส่วนของ กายนอก หรือ เรียกว่า “ปัญจทวารวิถี” คือ “รูป” จัดเป็น “โอฬาริกรูป” มีคำจำกัดความใน**สภาวะแห่งรูป**ว่า “**ไม่มีในมี**” การปฏิบัติดังกล่าวมา แม้จะได้สมาธิจนถึงขั้น “ปีติ” แต่ผู้ปฏิบัติอาจจะ หลงลืมอารมณ์ที่จะระลึกถึงปีตินั้นไม่มั่นคงแน่นอนได้ จึงเรียกว่า เฉียดสมาธิ หรือ อุปจารสมาธิ เท่านั้น

ส่วนที่จะกล่าวต่อไปนี้ จะเป็นส่วนของ กายในกาย เรียกว่า “มโนทวารวิถี” หรือ “สุขุมรูป” อันแตกต่างจากมิติของรูป สู่มิติของ “นาม” มีคำจำกัดความใน**สภาวะแห่งนาม**ว่า “**มีในไม่มี**” เป็นมิติที่ไม่อาจสัมผัสได้แต่รับรู้ได้ สัมผัสไม่ได้ดั่งโอฬาริกรูป ด้วยความต่างโดยสิ้นเชิงดังกล่าว จึงต้องใช้วิธีพิเศษคือ อิทธิบาท ๔ เป็นประธาน

ก่อนอื่นเรามาเข้าใจความหมายของคำว่า “อิทธิบาท” กันก่อนว่า คืออะไร ? ทำไมต้องใช้ และใช้อย่างไร เพื่อเข้าสู่ “มิติแห่งใจ” หรือ “มโนทวารวิถี”

อิทธิบาท มาจากคำสองคำ คือ อิทธิ + บาท

“อิทธิ” มีความหมายว่า ความสำเร็จการดำรงอยู่ในการตั้ง (ทรงไว้ซึ่ง “ลม”) ณ นิยะมะ (ฐาน) อันกำหนดไว้นั้นได้ดั่งประสงค์ของโยคาวจร

การทรงไว้ (ดำรงอยู่) ณ นิยะมะ (ฐาน) โดยมีอารมณ์แห่งปีติ + นิมิต + ระงับ-อัสสาสะ -ปัสสาสะ (ระงับกายสังขาร-กายสังขารในที่นี้คือลมหาใจเข้า-ออก) โดยการถึงพร้อมด้วย กายนอก วาจา และใจ เรียกว่า “**อิทธิ**”

"บาท" มีความหมายว่า ดำเนินไปสู่, ก้าวไปสู่

เมื่อแปลความหมายโดยรวมของ คำว่า “**อิทธิบาท**” จะสรุปความหมายได้ดั่งนี้ ว่า การดำเนินไปสู่ความสำเร็จในการทรง (ระงับอัสสาสะ-ปัสสาสะ) โดยมีสติ (ระลึกรู้อารมณ์คุมนิมิตนั้น)

เมื่อกายนอก (กายสังขาร-รูปกาย) + วาจา (ปถวีที่ตั้งแห่งธาตุ-เชื่อมกายนอก) +ใจ (กายในกาย) สัมปยุตให้เป็นหนึ่งเดียวกัน แล้วนำไปตั้งไว้ ณ นิยะมะ (ฐาน) อันประสงค์ โดยมี ปิติ+นิมิต อันควบคุมโดยสติ ได้มั่นคงดั่ง “เจตนา" (ความปรารถนาแห่งเจตสิก-ใจ)” แล้วไซร้ พฤติ (อาการ) นี้ เรียกว่า “**อิทธิบาท**” คือ สำเร็จในการตั้งมั่น (ตั้งลมได้นิ่ง) ดั่งใจปรารถนา

องค์ประกอบ (เรียกสั้น ๆ ว่า “องค์”) แห่งอิทธิบาท อันจะยังให้สำเร็จได้มี ๔ องค์ ที่ต้องใช้การปฏิบัติกายในกาย อันเรียกว่า “**ปธานสังขาร**” คือ ความเพียรของกายใน อันถูกตั้งไว้ด้วยสติ มีการระลึกถึงการเคลื่อนไปข้างหน้า (ที่มาของเดินปะคำ จึงต้องใช้การนับ = คณา) ไม่ย่อหย่อน ไม่ทิ้งนิมิตและปิติ พร้อมด้วยอัสสาสะ-ปัสสาสะ พฤติ (อาการ) เช่นว่านี้ จึงต้องมี

๑. **“ฉันทะ”** ความใส่ใจในอัสสาสะ-ปัสสาสะนั้น โดยตามรักษาเป็นองค์แรก ฉันทะ จะดำรงอยู่ได้ต้องมี วิริยะ (วิรินทรีย์) อันได้มาซึ่ง วิริยพละ สัมมาวายามะ วิริยะสัมโพชฌงค์ อันประกอบด้วยฉันทะดังนี้ เรียกว่า “ปธานสังขาร” เมื่อรวมด้วยฉันทะ จึงเรียกว่า “**สมาธิปธานสังขาร**” (คือสมาธิอันถึงพร้อมด้วยกายวาจาใจ)

อิทธิ คือ ที่ตั้ง บาท คือ ดำเนินไป, เคลื่อนไปข้างหน้า โดยอาศัย การสัมผัสของ (รูปกาย-กายสังขาร) **การปริกมฺม** (วจีสังขาร) **ภาวนา** (กายในกาย-ใจ) เมื่อ **รูปกาย** (กายสังขาร) **รวมเป็นหนึ่ง**กับ **นามกาย** (กายในกาย-ใจ) ณ ขณะใด นั้นแลพฤติ (อาการ) นั้น เรียกว่า “อิทธิบาท” ก็แลอาศัย “อิทธิบาท” นี้ดำรงอยู่ ณ ที่ตั้ง (นิยะมะ) ตราบเท่าที่ สติ + นิมิต + อัสสาสะ-ปัสสาสะ สัมปยุตกันเป็นหนึ่งเดียว พฤติ (อาการ)นั้นเรียกว่า “**สมาบัติ**” คือ **สุข โดยอาศัยการเสวยอารมณ์แห่งการดำรงอยู่นั้น** (สุข เป็นองค์แห่งฌาน)

ที่กล่าวมานี้เพียงแค่ "ฉันทะ" ข้อเดียว ก็จะเห็นได้ถึงความแตกต่างไปจากที่ท่านทั้งหลาย ได้รับรู้ศึกษามาจากสำนักต่าง ๆ ที่ผ่านมาตลอดชีวิต และก็คงไม่ต้องสงสัยว่า "เหตุใดจึงปฏิบัติแล้วไม่ก้าวหน้า ไม่เห็นผลจริง นั่นเพราะผู้ถ่ายทอดไม่เคยปฏิบัติ ไม่

เคยเข้าถึงกายในกาย และไม่รู้ว่า **อิทธิบาท ๔** ไม่ใช่เรื่องของปัญจทวารวิถี แต่**เป็นเรื่องของกายในกายโดยเฉพาะ** อันเรียกว่า "**มโนทวารวิถี**"

ด้วยเหตุดังกล่าว ในยุคปัจจุบันเราจะเห็นเหล่าบัณฑิตแบกตำรา แต่หาผู้ปฏิบัติอย่างเห็นผลจริงมิได้ เพราะแม้แต่ "อิทธิบาท๔" ยังไม่เข้าใจความหมาย เปรียบดั่งผู้ได้ลายแทงขุมทรัพย์ แต่อ่านภาษาในลายแทงไม่ออก แม้เขาจะพากเพียรตีความท่องจำคัมภีร์พันล้านเล่ม ก็ไม่ช่วยให้หาขุมทรัพย์พบ นี่คือสภาพที่เกิดขึ้น ณ ปัจจุบัน

นับเป็นบุญของสาธุชนทุกท่านในอดีตชาติ ได้พาเรามาพบกัน ได้รับถ่ายทอดเส้นทางพระอริยะ อันมีเส้นทางเดียวไม่มีทางอื่นใด อันจะก้าวพ้นทุกข์ทั้งปวง ไม่ว่าจะเป็นทุกข์หยาบอันได้แก่หนี้สิน ความไม่สบายกาย ไม่สบายใจ ไปจนถึงสิ้นกิเลสตัณหาอาสวะทั้งปวง ล้วนเดินตามเส้นทางสติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค เท่านั้น ทางอื่นไม่มี .....**เอกมคฺโค** ..พระพุทธองค์ทรงยืนยันชัดเจน

เราจะต่อกันใน ๓ องค์ประกอบสู่ความสำเร็จในครั้งต่อไป ขออำนาจแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย อันมีพุทธคุณเป็นเบื้องต้น จงบันดาลผลสำเร็จในทุกสิ่งที่สาธุชนปรารถนาในทางกุศล จงสัมฤทธิผลโดยพลันทุกท่านเทอญ เจริญพร

ขอย้ำเพื่อให้ท่านสาธุชนได้เข้าใจอย่างแท้จริง ว่า อิทธิบาท นั้น เป็นพฤติ(อาการ)ของกายในกายเป็นหลัก เปรียบดั่งคนขับรถซึ่งเป็นผู้กำหนดทิศทางของรถให้วิ่งไปบนเส้นทาง ส่วนกายนอกคือรถนั้น ล้วนอยู่ใต้บังคับของคนขับ คือ กายในกาย ดังนี

๒. "วิริยะ" คือ ความเพียรของนามรูป (กายในกาย-ใจ) ไม่ทอดทิ้งฉันทะ คือ กิจที่ฉันทะได้ตั้งไว้แต่เบื้องต้น (เจตนาเดิม-ความปรารถนาแห่งเจตสิก-กายในกาย)

คำว่า "นามรูป" นั้นเป็นความหมายหนึ่งของกายในกาย ส่วนกายนอกนั้น เรียกว่า "รูปกาย" อันเคลื่อนไหวไปมา รับรู้ได้โดยอาศัยปัญจทวารวิถี คือ ๕ ทาง อันได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย สำหรับนามรูป หรือ อีกชื่อหนึ่งเรียกว่า "**ใจ**" หรือ มโนทวารวิถี เป็นเส้นทางของกายในกาย อันเป็นเส้นทางตรงตั้งแต่ "มนุษย์" ---->เทวดา--->พรหม ----> พระอริยบุคคล สุดทางที่พระนิพพาน คนขับ คือ กายในกายต้องไปถึงที่สุดแห่งเป้าหมายนั้น เหมือนเราจะไปไหว้พระที่วัด ก็ขับรถไป แต่รถวิ่งเข้าโบสถ์ไม่ได้ ก็ต้องจอดรถทิ้งไว้ (ทิ้งกายนอก=กายสังขาร) คนขับเท่านั้นที่เดินเข้าโบสถ์ไปไหว้พระ

หวังว่าสาธุชนคนมองเห็นความสำคัญแห่งกายในกายแล้ว ด้วยเหตุดั่งนี้ พระพุทธองค์จึงทรงบัญญัติให้โยคาวจร (ผู้ปฏิบัติ) เข้าถึงกายในกายเป็นปฐม ดังปรากฏในวิถีปฏิบัติสติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค ดังที่เราได้มีบุญวาสนามาศึกษาปฏิบัติอยู่นี้

๓. "จิตตะ" คือ การควบคุมการเคลื่อนไหวของรูปกาย (กายนอก) + นามกาย (กายในกาย-ใจ) คือ กำหนดตั้งไว้อันมี

หทัยยะ คือ ติดตามสู่นิยะมะ(ฐานที่ตั้ง)

ปัณฑระ คือ ปรับให้ตรงตำแหน่ง

มายะตะนะ เข้าสู่กายในกาย

มนินทรี สัมผัสสภาวะของกายในกาย ว่าแตกต่างกับกายนอกอย่างไร

มโนวิญญาณ เข้าสู่ความรับรู้ (จิต) ของกายในกาย (ที่มาแห่งจิตในจิตเข้าตรงนี้ นี่คือ ขั้นที่ ๒ แห่งสติปัฏฐานดังที่ท่านทั้งหลายได้เคยผ่านตาศึกษามาก่อนแล้ว แต่ก็ไม่รู้ที่มาที่ไป และก็ไม่รู้จะทำยังไงอีกด้วย

ผู้อ้างตนเป็นอาจารย์สอน ก็ไม่รู้ว่า "**จิตในจิต** นั้นเป็นสภาวะแห่งองค์อิทธิบาท อันเรียกว่า "วิริยะ" กลับไปเข้าใจว่าต้องตามจิตให้ทัน จิตน่ะมันเร็วกว่าแสงหลายพัน-ล้านเท่า พระพุทธองค์ก็ทรงสอนไว้ชัดเจน แต่พวกนอกตำราเก่งกว่าพุทธเจ้า ก็หลอกญาติโยมให้ไปเดินเขย่ง ขโยก จนบางคนเอ๋อ เหมือนพวกปัญญาอ่อน พระพุทธองค์ไม่เคยทรงสอน นั่นเป็นการทำที่ผิด ภาษาพุทธเรียกว่า "อัตตากิยานุโยค" คือ ทรมาณตนเอง มันตรงข้ามกับการปฏิบัติ เพราะ**ปฏิบัติแล้วต้อง "สุข**" ไม่ใช่ปฏิบัติแล้วทุกข์ ...น่าสงสาร..สัตว์โลกทั้งหลายเหล่านั้น จริง ๆ

๔. "วิมังสา" สภาวะแห่งพฤติ (อาการ) อันพิเศษ (วิเศษ) ของกาย ที่ต้องประทับเอามโนวิญญาณสุดท้ายก่อนจะเคลื่อนที่ต่อไปนั้น ไว้ให้สติรับรู้ เพื่อใช้ระลึกอารมณ์นั้นในการเวียนเริ่มเข้าสู่ ปธานสังขาร (หมายถึง **การกลับคืน**ต่อสภาวะรูปกายปกติ **จะต้องจำอารมณ์นี้ให้ได้ไม่งั้นกลับคืนไม่ได้** เพราะเป็นสภาวะของกายในกาย หรือกายพิเศษจากปกติ)

กายพิเศษ หรือ **วิมังสา** (วิ มาจากคำว่า **วิเศษ**, **มังสา** แปลว่า**เนื้อหนัง**) นี้เป็นสิ่งสำคัญยิ่ง สำหรับโยคาวจร เพราะด้วยวิมังสาอันสำเร็จด้วยอำนาจแห่งนี้เอง ที่ทำให้พระผู้ปฏิบัติสามารถเหาะเหินเดินอากาศ ทำปาฏิหาริย์ต่าง ๆ ดังปรากฏในพระไตรปิฎก ทะลุมิติไปท่องเที่ยวจักรวาลอื่น ๆ สารพัดชนิดแม้กระทั่งแปลงกายไปต่าง ๆ เมื่อถึงขั้นนี้ จึงเรียกว่าเป็นผู้ที่มี "**อิทธิฤทธิ**" ความหมายคือ "**ฤทธิ์อันเกิดจากอิทธิบาท**"

เมื่อมาถึงตรงนี้ จะเห็นได้ว่า ที่เราได้สอนกันมาเรื่องอธิษฐานให้ "ร่ำรวย เป็นเศรษฐี มีทรัพย์" นั้นกลายเป็นเรื่องจิ๊บ ๆ เพราะวิมังสานี้ ยังสามารถ " **ยืดเวลา หดเวลา**

หรือ หยุดเวลาได้ดั่งปรารถนา" เรื่องนี้ปรากฏหลักฐานตามพระไตรปิฎก ตอนที่พระพุทธองค์บอกพระอานนท์ว่า หากอาราธนาให้อยู่ ท่านก็สามารถอยู่ได้ตลอด ๕,๐๐๐ปี ด้วยอำนาจแห่ง "**อิทธิบาท**" ก็คือ ในข้อวิมังสา คือ **ยืดเวลาในช่วงฐิติขณะ** อยู่ในส่วนของ **อติมหันตารมย์**

นอกจากนั้นยังมีตัวอย่าง อันปรากฏอยู่ในคัมภีร์ยมก (๑ใน๗ของอภิธรรม) กล่าวถึงพระเรวตะ ได้นั่งบำเพ็ญสมาธิอยู่ที่ถ้ำเชิงเขาหิมาลัย ก่อนพระพุทธองค์ปรินิพพาน เวลาผ่านจากพระพุทธองค์ปรินิพพานไปแล้วถึง ๒๐๐ ปี จึงเมื่อมีการจะทำปฐมสังคายนา คณะสงฆ์จึงไปนิมนต์ท่านให้ออกจากสมาบัติ พระเรวตะจึงเพิ่งทราบว่า พระพุทธองค์ปรินิพพานไปแล้ว ท่านกล่าวว่าเหมือนหลับงีบเดียว... นี่คืออำนาจแห่งพลังวิมังสาของอิทธิบาทดังกล่าวข้างต้นนั้น

ในครั้งต่อไป จะได้กล่าวถึงการควบคุมกระแสแห่งสมาธิ และการนำมาใช้เชื่อมต่อบุญให้เห็นผลทันที ขอความผาสุขสวัสดีจงบังเกิดมีแด่ทุกท่าน สิ่งใดอันปรารถนาเป็นไปด้วยกุศล ผลนั้นจงปรากฏดั่งอธิษฐานทุกท่านเทอญ เจริญพร

ว่าด้วยเรื่องการอนุโมทนา นั้นสำคัญอย่างไร ?

อนุโมทนา เป็นพฤติของกายในกาย คือ **เกิดจากใจ** (ต้องอนุโมทนาด้วยใจ ไม่ใช่แต่ปากสาธุ) **การเปล่งเสียง**นั้น จะต้องเป็นการ**เปล่งออกมาพร้อมกับเสียงของกายใน** เพราะ เป็นการทำงานของกระแสความถี่แห่งเจตสิก (ใจ) อันเป็นสุขุมรูป (Plasma) จึงสามารถเชื่อมตรงกับ **Plasma** คือ **เทวดา** ที่มีสภาพเดียวกัน คือ เป็นอนิทัสสนสัปติ คือ รู้ว่ามีแต่มองไม่เห็น นั้นเอง

เทวดา ก็คือ ผู้ที่ในอดีตชาติไม่มีโอกาสได้ทำ "บุญ" ทำแต่ "ดี" พวกนี้ได้แก่ พวกสังคมสงเคราะห์ช่วยเหลือคนอื่น หรือบริจาคสร้างสาธารณะสถาน อันเป็นประโยชน์แก่สาธารณะชน (ซึ่งไม่จำเป็นว่า ทรัพย์ที่บริจาคเหล่านั้น จะได้มาโดยบริสุทธิ์หรือไม่ก็ตาม) หรือค้ายาเสพติด แล้วเอาเงินไปสร้างโบสถ์สร้างพระก็ใช่ อย่างนี้พอสิ้นลมก็จุติไปเป็น "เทวดา" ด้วยผลแห่ง "ดี" ที่เขาได้ทำไว้ตอนเป็นคนเป็นมนุษย์

ต่อเมื่อดับจิตจึงคิดได้ว่า "บุญ" นั้นต้องสำเร็จทางเดียวเท่านั้นคือ "การถึงพร้อมด้วย กาย วาจา ใจ" แต่ตัวเองไม่ได้ทำ แต่ด้วยอำนาจแห่ง "ดี" ทำให้เป็นเทวดา ก็จึงแสวงหาผู้ที่มี "บุญ" หรือ ผู้ปฏิบัติชอบ (สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค) เพื่อที่จะอนุโมทนาบุญ เพื่อที่จะได้ "กุศล" จาก "บุญ" จากผู้ปฏิบัติชอบนั้น เพราะเมื่อเป็นมนุษย์ตัวเองพลาดโอกาส เพราะแยกไม่ออกระหว่าง "ดี" กับ "บุญ" จึงคอยจ้องรับกระแสว่าเมื่อใดวันใด เวลาใด จะมีใครสร้าง "บุญ" จะได้อนุโมทนา

ดังนั้น เมื่อผู้ปฏิบัติชอบ (ถึงพร้อมด้วย กาย วาจา ใจ) เมื่อใด เวลาใดก็ตาม เทพยดา ก็รับรู้ได้จากกระแสที่ผู้ปฏิบัติ ได้เอ่ยรหัสนามแห่งเทพยดานั้น ๆ เช่น นะ....โม... เทพยดาจึงอนุโมทนาบุญ ซึ่งจะมาในรูปของการ จัดเตรียมความสมบูรณ์พร้อมในชีวิตความเป็นอยู่ของผู้ปฏิบัติ ไม่ให้เกิดความทุกข์ยากลำบาก ทั้งในทางฐานะ เศรษฐกิจ สังคม และการปฏิบัติ จึงเรียกว่า "**เทพอุ้มสม**" ผู้ปฏิบัติ จึงมีความสุขสมบูรณ์พร้อม ไม่เดือดร้อนในสิ่งอันมนุษย์พึงปรารถนา ดั่งนี้

ในกรณีของการอนุโมทนาบุญ ที่เรามักกล่าวกันเมื่อเห็นผู้อื่นได้กระทำบุญ เช่น สร้างศาลา อุโบสถ โบสถ์ วิหาร หรือพระไตรปิฎกคัมภีร์ ฯลฯ เราก็เปล่งวาจา ให้พร้อมกับใจออกมา ในลักษณะอาการความรู้สึกเดียวกับ ที่เราทิ้งขนนก เปล่งเสียงให้ปากใจพร้อมกัน อย่างไรก็อย่างนั้น อานิสงค์ที่ได้รับจากการอนุโมทนา ด้วยพฤติแห่งมุทิตาเจตสิกนี้ จะเป็นคลื่นแห่งกระแส ที่ส่งถึงปวงเทพยดา ให้อำนวยอวยชัย กลายเป็นพลปัจจัย ก่อให้เกิดความสมบูรณ์ต่อสิ่งที่เราประสงค์ อุปสรรคสิ่งที่ติดขัดก็จะถูกขจัดไปโดยง่าย กิจกรรมที่กระทำสำเร็จรวดเร็ว

ด้วยอำนาจแห่งเทวฤทธิ์ ที่ได้รับกระแสแห่งอนุโมทนาบุญ ที่เราส่งออกไปจากมโนทวาร (ใจ) **คำตอบ**ที่สามารถอธิบายผู้สงสัยว่า เทวดาจะรับรู้ได้อย่างไร เหตุที่เทวดารับรู้ได้นั้น ก็เพราะว่า เทวดากับมนุษย์อยู่ภูมิเดียวกัน จึงสามารถสัมผัสรับรู้กันได้ด้วยภาษาใจ เหมือนคนต่างประเทศพูดภาษาไทยไม่ได้ก็ส่งภาษาใบ้ หรือ มองตา ก็รู้กัน ดังนั้นผู้ปฏิบัติเข้าถึงกายในกาย (ใจ)แล้ว จึงได้รับผลทันที (เหมือน TV ที่เปิดสถานีอยู่แล้ว พอเราเปิดเครื่องก็รับสัญญาณได้เลย) ฉันใดก็ฉันนั้น

ถ้าอธิบายในทางอภิธรรม ถึงการเกิดผลแก่ผู้อนุโมทนาทันที ไม่ต้องรอชาติหน้าว่า เพราะ เจตสิกหรือกายในกายที่ทำหน้าที่ “อนุโมทนา” นี้ มีชื่อว่า “ มุทิตาเจตสิก” แปลว่า เจตสิกที่ทำให้พลอยยินดีเป็น ”**โสภณเจตสิก**” หากว่า ได้ฝึกฝนตามขั้นตอนจนกายสังขาร+วาจา+กายในกาย เป็นหนึ่งเดียวกัน (สมาธิ) และเปล่งวาจาว่า ....สา..ธุ.. นั้น กุศลอันเป็นผลที่ได้จากผู้ที่สร้างบุญนั้น ย่อมเกิดขึ้นแก่ผู้อนุโมทนา เหมือนกับปุ๋ย ที่เติมต้นบุญ ของเรา ให้ผลิดอกออกผลเร็วกว่าธรรมดา คือ ช่วยให้เราอธิษฐานได้รวดเร็วกว่าที่เราไม่เคยอนุโมทนา

แต่ตรงกันข้ามกับ ผู้ที่ไม่ชอบเห็นผู้อื่นสร้างบุญ ได้รับผลบุญทันตาเห็น เช่นเห็น

ผู้ที่ประสบความสำเร็จจากการอธิษฐาน แล้วนำประสบการณ์มาเผยแผ่เป็นธรรมทาน ก็เกิดความอิจฉา เพราะกลัวคนอื่นเห็นว่าตัวเองทำไม่ได้ ทำไม่เก่ง ก็เลยยุยงส่งเสริมคนอื่นไปในทางบาป เพื่อปกปิดอกุศลกรรมของตน อกุศลมูลจิตที่คนที่เห็นคนอื่นทำบุญแล้ว นอกจากจะไม่อนุโมทนาแล้วยังอิจฉา พวกนี้ก็จะเกิดโรคประจำตัวเรื้อรังชนิดรักษาไม่หาย เช่น โรคน้ำเหลือง มะเร็งในเม็ดเลือด โรคที่ปราศจากยารักษา เพราะเทพยดาจะลงทัณฑ์อย่างแสนสาหัส ชีวิตจะทรุดโทรมยากจนลงจากฐานะเดิม

ดังนั้น สาธุชนผู้ปฏิบัติธรรม ให้พึงสังวรระวังอารมณ์ เนื่องจาก เราฝึก "สติ" ธรรมชาติระลึกรู้อารมณ์ เพื่อควบคุมอารมณ์ เราปฏิบัติเพื่อ "บุญ" ไม่ใช่ "ขายบุญ" บุญสำเร็จด้วยกายวาจาใจอันปราศจากอกุศล ผลที่ได้รับจึงประเสริฐเหนืออื่นใด แม้เพียงอนุโมทนาบุญด้วยใจ เทพยดาก็ส่งเสริมให้ประสบความสำเร็จเร็วกว่าเดิมแล้ว

ฉะนั้น ในทุกครั้งที่เห็นผู้ใดได้สร้าง "บุญ" จงอนุโมทนาด้วยใจ การอนุโมทนาด้วยใจ ไม่จำเป็นต้องกล่าวคำว่า "จริงใจ" เพราะหากไม่จริงใจ ก็เป็นสัจจะวาจาไม่ได้ และเมื่อเป็นสัจจะวาจาไม่ได้ การกล่าวอนุโมทนาบุญนั้นก็ไม่ได้ผล

ขอความก้าวหน้าสถาพร ในสิ่งอันประเสริฐเลิศแล้วที่ปรารถนา จงสำเร็จดั่งอธิษฐานทุกประการทุกท่านเทอญ เจริญพร

เพื่อให้สาธุชนทุกท่าน ที่ได้ติดตามการบรรยายธรรมมาโดยตลอด แต่อาจมีข้อสงสัย เมื่อนำวิธีการปฏิบัติ (สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค) ที่เราได้นำมาเผยแผ่เป็นแห่งแรก ในประเทศไทย ณ ยุคสมัยปัจจุบันนั้น ไปสอบถามอาจารย์ หรือ นักวิชาการต่าง ๆ ล้วนแต่พากันหลีกเลี่ยงที่จะตอบข้อสงสัยที่ข้องอยู่ในใจของท่าน ว่าแนวทางปฏิบัตินี้ ถูกต้องหรือไม่ เช่นการทิ้งขนนก เป็นต้นนั้น เป็นทางปฏิบัติในพุทธศาสนาหรือ ถ้ามี อยู่ตรง-ไหนในพระไตรปิฎก ซึ่งแน่นอน ท่านจะไม่ได้รับคำตอบ....เพราะ....ท่านเหล่านั้น.... " รู้เกิน " จึงตอบไม่ได้

ด้วยเหตุดั่งนี้ เพื่อไม่ให้เกิดปฏิฆะ อันนำไปสู่การประรับประวาส (กล่าวดูถูกพระธรรมคำสั่งสอนอันแท้จริงของพุทธองค์) ซึ่งจะก่อให้เกิดทางแห่งบาป นำไปสู่ทุคติอันมีนรกภูมิโดยไม่รู้ตัว และสิ่งที่สาธุชนจะได้รับทราบต่อไปนี้นั้น นอกจากจะทำให้ท่านทั้งหลายได้ภาคภูมิใจว่า เป็นผู้หนึ่งที่ได้ถูกเลือกให้สืบต่อพระพุทธศาสนา ได้ศึกษาปฏิบัติแนวทางหนึ่งเดียวของพระพุทธองค์ (เอกมคฺโคติ เอวมคฺโค...) ซึ่งไม่มีทางสายอื่น ซึ่งในยุคปัจจุบันนอกจากที่เราได้เผยแผ่การปฏิบัตินี้แล้ว ก็ไม่มีสำนักใดถ่ายทอดสั่งสอน และไม่กล้าสอน (เนื่องจากสอนไปผิด ๆ ก่อนหน้านั้นแล้ว...ไม่กล้ายอมรับความจริงว่า... สอนผิด !)

การปฏิบัติสติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค คือ ทางปฏิบัติเพื่อการพ้นทุกข์ เริ่มต้นจากการพ้นทุกข์หยาบ คือ หนี้สิน ความทุกข์ที่เราท่านสัมผัสกันในชีวิตประจำวัน ไม่มีข้อยกเว้นว่าเรื่องใด เอาเป็นว่าเรื่องที่มนุษย์ทั่วไปเรียกว่า "ทุกข์ชาวบ้าน" นั้น จะต้อง

หลุดพ้นได้ก่อน จึงจะเข้าสู่การหลุดพ้นทุกข์ละเอียด อันได้แก่ กิเลส ตัณหา ราคะ อุปาทาน โศก ปริเทว อวิชา อนุสัย เพื่อไปสู่จุดสุดท้าย คือ "พระนิพพาน" ปรากฏข้อความจารึกในพระไตรปิฎก อันเป็นพุทธพจน์ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบรมศาสดา ทรงตรัสยืนยันแนวทางปฏิบัติ ที่เราได้ศึกษากันอยู่นี้ เป็นภาษาบาลีว่า....

กตฺมา อานนฺท อานาปานสติ อิทนนฺท ภิกขุ อรณฺญคโต วา รุกฺขมูลคโต วา สุณฺญาคารคโต วา นิสีทติ ปลฺลงฺกํ อาภุชิตฺวา อุขุ กายุ ปฏฺณิธาย ปริมุขุ สตึ อุปปฏฺฐเปตฺวา โส สโตว อสฺสสติสโต ปสสฺสติ ฯ.

"ดูก่อนอานนท์ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ไปในป่าก็ดี ไปที่โคนไม้ก็ดี ไปที่เรือนว่างเปล่าก็ดี นั่งกายให้ตรง แล้วตั้งสติไว้ตรงหน้า เธอย่อมเป็นผู้มีสติใจออก ย่อมเป็นผู้มีสติหาใจเข้า "....คำว่า "สติ" หาใจเข้า ก็คือ ระลึกรู้อารมณ์ (ความรู้สึก) ว่าลมนั้นได้เข้าไปสุด ณ จุดใด (การจะรู้ต้องคอยจับความรู้สึก เหมือนเราดื่มน้ำเย็น ๆ แล้วมันไหลลงคอ ลงไปถึงไหนก็รู้ ...การระลึกลมหาใจก็เป็นเช่นนั้น) ที่สำคัญคือต้องรู้ว่า ลมไปสุด ณ ตำแหน่งใด.

ทีฆ วา อสฺสสนฺโต ทีฆ อสฺสสามีติ ปชานาติ ทีฆ วา ปสฺสสนฺโต ทีฆ ปชานาติรสฺส วา.

อสฺสสนฺโต รสฺส อสฺสสามีติ ปชานาติ รสฺส วา ปสฺสสนฺโต รสฺส ปสฺสสามีติ ปชานาติ.

สพฺพกายปฏิสวทึ อสฺสสิสฺสามีติ สิกฺขติ สพฺพกายปฏิสวทึ ปสฺสสิสฺสามีติ สิกขติ.

"เมื่อเธอหาใจออกยาว ก็รู้ชัดว่า บัดนี้เราหาใจออกยาว หรือเมื่อหาใจเข้ายาว ก็รู้ชัดว่า บัดนี้เราหาใจเข้ายาว หรือเมื่อหาใจออกสั้น ก็รู้ชัดว่าบัดนี้หาใจออกสั้น หรือเมื่อเราหาใจเข้าสั้น ก็รู้ชัดว่าบัดนี้เราหาใจเข้าสั้น เธอย่อมศึกษาว่าเราจักเป็นผู้รู้แจ้ง กองลมหาใจออก เธอย่อมศึกษาว่าเราจักเป็นผู้รู้แจ้ง กองลมหาใจเข้า...."

(พุทธพจน์ตรงนี้สำคัญยิ่ง อันเป็นเครื่องพิสูจน์ชัดเจนว่า ลมหาใจนั้น ต้องมี "มาตรฐานที่แน่นอน" ซึ่งหากไม่มีกำหนดระยะความยาวไว้อย่างแน่นอนแล้ว ย่อมไม่รู้ว่า ลมหาใจนั้น "สั้น" หรือ "ยาว" และก็จะเกิดคำถามว่า ถ้าสั้น หมายถึงสั้นกว่าอะไร และถ้ายาว ยาวกว่าอะไร...พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาของผู้รู้ และของผู้ปฏิบัติ ไม่ใช่พวก "วิปัสนึก(คือนึกเอาเอง)" ดังนั้นมาตรฐานการวัดความยาวของลมหาใจนั้น จึงใช้

ขนนกเป็นมาตรวัด (สมการนี้มีมาก่อนสมัยพุทธกาล) คือ **๑ ขนนกตกพื้น** เรียกว่า “ **๑ อักษร**” ดังนั้น หากไม่ทิ้งขนนก ก็จะไม่รู้ระยะ และหากไม่ออกเสียงพร้อมไปด้วย ก็ไม่อาจจะจำอารมณ์ที่ไประลึกในขณะหาใจเข้า-ออกได้ เพราะขาดมาตรฐานที่แน่นอน สิ่งนี้สำนักอื่นไม่มีการสอน..)

ปสฺสมฺภยํ กายสงขารํ อสฺสสิสามิติ สิกฺขติ ปสฺสมฺภยํ กายสงขารํ ปสฺสสิสามิติ สิกฺขติ ฯ

เธอย่อมศึกษาว่า เราจักเป็นผู้รู้ระงับกายสังขารหายใจเข้า ฯ " การระงับลมหาใจเข้าออก พูดให้เข้าใจง่าย ๆ คือ "**ไม่หายใจ**" ซึ่งเรียกว่า "**ตั้งลม**" ในเอกสารโบราณทางพุทธศาสนายุคสุโขทัยถึงอยุธยา จะใช้คำศัพท์ว่า "**กองลม**" นั้น คือ **การตั้งลม** ซึ่งเป็นลักษณะของขณะจิต เรียกว่า **“ฐีติขณะ”** คือ **ขณะตั้งอยู่** หรือ **ทรงสภาพอยู่** ซึ่งประกอบด้วย**จิต**ถึง**๔๙ ดวง** และเป็นอารมณ์สำคัญอันเรียกว่า "**อติมหันตารมณ์**" ซึ่งมีความสำคัญถึง ภพภูมิสูงสุดด้วย

ปีติปฏิเวสํเวที อสฺสสิสามิติ สิกฺขติ ปสฺสมฺภยํ กายสงขารํ ปสฺสสิสามิติ สิกฺขติ ฯ

เธอย่อมศึกษาว่า เราจักเป็นผู้รู้แจ้ง “ปีติ” หาใจออก เธอย่อมศึกษาว่าเราจักเป็นผู้รู้แจ้ง “ปีติ” หาใจเข้า ฯ

และดังที่เคยได้บอกอยู่เป็นประจำว่า อาการใด ๆ ที่แปลกไปจากปกติ เช่น ขนลุก ง่วง หาว ฯลฯ นั้น เรียกว่า "**ปีติ**" ซึ่งจะต้องจำให้ได้ จึงมีตัวอักขระ.....นะ....โม..... ให้ใช้ภาวนา เป็นตัวช่วยให้จำได้แม่นยำว่า เกิดปีติที่ตัวอักขระใด จะได้นำไประลึกรู้ได้ตามพุทธพจน์ ดังที่ได้นำ แนวทางคำสั่งสอนของพระพุทธองค์ อันปรากฏในพระไตรปิฎกบาลี มาแสดงให้ท่านสาธุชนทราบ (ซ้ำมาหลายร้อยครั้งแล้ว) ก็เพื่อย้ำเตือนให้พวกเราทั้งหลาย ได้ภาคภูมิใจ ในสิ่งที่ได้ศึกษาปฏิบัติในแนวทางหนึ่งเดียวอันถูกต้อง และรับรองโดยองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และเป็นที่แน่นอนว่า ทุกข์ทั้งหลายที่เรามีอยู่ในสภาวะแห่งสามัญมนุษย์ อันเราประสบอยู่ ก็จะหลุดพ้นจากเราไป ผู้ปฏิบัติ ย่อมได้รับแต่ความสุขความเจริญ ด้วยว่ามีปวงเทพทุกชั้นฟ้า เทวดาทุกวิมาน คอยอุปถัมภ์ดูแล และอนุโมทนาบุญ คอยเกื้อหนุนให้สูงส่งกว่า ชนทั้งหลายในสังคม ที่เราดำรงอยู่ ณ ปัจจุบัน ทรัพย์สินเงินทองย่อมไหลมาเทมา เพราะเป็นสมบัติเทวดาที่อนุโมทนาบุญอันเราได้สร้าง แม้ว่าเราจะยังเพียงเพิ่งเริ่มต้นปฏิบัติแค่ทิ้งขนนก แค่เดินปะคำ ยังไม่รู้วิธี

อธิษฐาน เปรียบดั่งบุตรหลานที่ยังไม่รู้จักวิธีทำอาหาร ไม่รู้เลือกอาหาร แต่บิดามารดาก็หาสิ่งดี ๆ มาให้ฉันใดก็ฉันนั้น นี้คืออานิสงค์อันเกิดกับผู้ปฏิบัติ

ขอความบริบูรณ์ในความสุขสมหวังดั่งปรารถนาในสิ่งอันเป็นกุศล มั่งมีในทรัพย์ด้วยพุทธานุภาพจงปรากฏบังเกิดมีแด่สาธุชนผู้ใฝ่ในกุศลปฏิบัติสติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค ถ้วนทั่วกัน เจริญพร

....สาธุชนผู้ใฝ่ในกุศลปฏิบัติทุกท่าน คงได้ศึกษาตำหรับตำราทางพระพุทธศาสนามาบ้างไม่มากก็น้อย และต่างก็มีความสงสัย แต่คงไม่มีใครให้คำตอบได้สำหรับข้อที่ว่า... พุทธองค์ทรงให้พระโยคาวจร ทิ้งตำรา เลือกเรือนว่าง และโคนไม้ ปฏิบัติสมาธิ... แล้วให้เรียนรู้จากตัวเอง แล้วเหตุใดทำไมท่านผู้ปฏิบัติเหล่านั้น จึงสามารถมีความรอบรู้ ครอบจักรวาลได้...ซึ่งแน่ละ..ใครล่ะจะตอบความสงสัยนี้...!!?

....ก่อนที่จะเข้าไปสู่การเฉลยปัญหา (ภาษาพระเรียกว่า วิสัชนา) ก็จะยกตัวอย่างกรณี "ความรู้ที่เกิดขึ้นเอง" จนกระทั่งทำให้คนธรรมดา กลายเป็นอัจฉริยะของโลก มาให้ลองศึกษากันดูเป็นแนวทาง สนุก ๆ แต่น่าพิศวง

อูยีน วิกเนอร์ (Eugene Wingner) เป็นยอดนักฟิสิกส์ของโลกได้รับรางวัลโนเบลเมื่อปี๑๙๖๓ ในขณะที่เขามีอายุ ๙๓ ปี เขาได้เปิดเผยที่มา ของผลงานสมการทางฟิสิกส์อันเลื่องชื่อ ซึ่งทำให้เขาได้รับรางวัลโนเบลว่า " ขณะที่เขานั่งสมาธิ เขาคล้ายกับหลุดวูบไปที่ไหนสักแห่งที่อธิบายไม่ได้ และมันเหมือนกับความฝัน หรือจินตนาการขึ้นเอง เขาก็บอกไม่ถูก แต่มันชัดเจนจนเขาสามารถจำข้อความของสมการนั้นได้ทั้งหมด และเมื่อ

เขารู้สึกตัวขึ้นเป็นปกติ เขายังเห็นภาพสมการนั้น เหมือนกับว่ามันไม่ได้เป็นความฝัน ยังรับรู้ได้ทุกอารมณ์ เมื่อเขาได้ทบทวน ทดสอบคำนวณตามสมการที่ได้รับนั้น มันกลายเป็นสมการที่ ไม่เคยมีใครค้นพบมาก่อนในวงการฟิสิกส์ มันเป็นการเปิดแนวทางใหม่ให้วงการฟิสิกส์ ก้าวหน้าแบบก้าวกระโดด

ซึ่งแม้เขาเองก็ยอมรับว่า "ผมไม่มีภูมิรู้พอที่ จะคิดสมการอย่างนี้ได้ แต่ผมไม่ทราบว่ามันเกิดขึ้นได้อย่างไร มันจะต้องมีความลี้ลับอะไรสักอย่างในจักรวาล ที่เรายังไม่รู้ ที่อยู่ ๆ ก็มาสัมผัสกับผมให้ได้รับรู้ ซึ่งเป็นตอนที่ผมทำสมาธิ (Meditation) ซึ่งผมทำเป็นประจำเพราะผมชรามากแล้ว

..แต่สิ่งที่เกิดขึ้นมันไม่ใช่เป็นจินตนาการ แต่มันคล้ายคลื่นอะไรสักอย่างที่พุ่งเข้ามาในจิตใจของผม หรือ ว่าดึงผมออกไปที่ไหนสักแห่ง มันน่าแปลกที่ทำไมผมจึงรู้ และเข้าใจสมการได้อย่างทะลุปรุโปร่ง ทั้งที่มันเป็นสิ่งซับซ้อน ที่ตลอดชีวิตผมเองก็ไม่เคยคิดว่าจะมีสมการนี้มีในโลกมนุษย์เรา พลังหรือคลื่นในจักรวาลอะไรสักอย่าง ที่พุ่งเข้ามา อันนี้ทำให้เกิดภาพ จินตนาการ หรือจินตภาพ (Immaginary Time) ของมนุษย์ และทำให้เกิดเป็นสูตรทางคณิตศาสตร์ ที่แก้สมการฟิสิกส์ที่ซับซ้อนได้อย่างลงตัว ที่ต่อมากลายเป็นความรู้ทางฟิสิกส์ และวิทยาศาสตร์ตามมา...

อีกผู้หนึ่งคือนักวิทยาศาสตร์ก้องโลก เจ้าของทฤษฎีสัมพันธภาพพิเศษ จะเป็นใครไปไม่ได้ นั่นคือ **อัลเบริต ไอส์ไตน์** เขาได้สารภาพถึงการได้มา ซึ่งสูตรการแตกตัวของอะตอม และที่มาของทฤษฎีสัมพันธภาพ (Space-Time) ที่พาให้ทั้งโลกวิทยาศาสตร์ทุกสาขาพากันงุนงงพิศวง ถึงที่มาอันพิศดาร ของสมการเหล่านั้น

จากปากคำสารภาพ ความลับเบื้องหลังสมการก้องโลกของอัลเบริต ไอสไตน์ เล่าว่า "...มันเป็นไปได้อย่างไร ที่จู่ ๆ ก็เกิดจินตภาพทางคณิตศาสตร์แปลก ๆ ท่ามกลางความเงียบ คล้ายกับว่าผมเดินไปที่ไหนสักแห่ง ที่ไม่ใช่สังคมแบบที่เราอยู่กัน จะว่าเป็นจินตนาการก็ไม่ใช่ มันเหมือนจริงมาก ไม่มีทั้งประสบการณ์ที่ผมได้เรียนรู้มาก่อน หรือข้อมูลความจริงมารองรับ สิ่งที่ผมได้รู้ขณะนั้นมันเป็นของใหม่มาก....ผมเองก็ไม่เข้าใจทั้งหมด แต่ผมจำได้หมดทุกขั้นตอน

..แล้วหลังจากนั้น ความจริงหรือประสบการณ์ทางฟิสิกส์ที่จำเพาะเจาะจง ลงตัวอย่างเหลือเชื่อ มันพอดี จนแทบไม่ต้องอาศัยการทดลอง...มันเป็นไปได้อย่างไรกับสูตร

คณิตศาสตร์นั้น..ที่ผมได้จดจำมา มันทำได้จริง เป็นผลจริง...ผมต้องการคำอธิบาย และรายละเอียด เพื่อความสมบูรณ์ของสมการ

..ผมจึงพยายามจะกลับไป..ในลักษณะเดิม ..แต่มันเกิดขึ้นเพียงครั้งเดียวเท่านั้น ครั้งเดียวจริง ๆ .....ผมกลับไปเอาคำอธิบายทฤษฎีสัมพัทธ์ไม่ได้..ทำให้ทฤษฎีที่ผมได้มาขาดความสมบูรณ์ไป...(Albert Einstein,1922)

เออร์วิน ชโรดิงเกอร์ (Erwin Schroedinger) นักฟิสิกส์โลกที่ได้รับรางวัลโนเบล เมื่อปี ๑๙๓๓ ก็เป็นอีกผู้หนึ่งที่มีประสบการณ์คล้าย ๆ กัน เขาได้นำเสนอสมการทางฟิสิกส์ ที่เขาได้มาจากจินตภาพ ในขณะที่เขาฟุบหลับไปขณะนั่งทำงาน..เขาได้สารภาพการได้มาของสมการอันทำให้เขาได้รางวัลโนเบลนั้นว่า...

"มันเหลือเชื่อ หากคุณจะบอกใครถึงที่มา ว่าคุณได้มันมายังไง มันอาจจะไม่น่าภูมิใจอะไรนัก เพราะคุณไม่ได้คิดขึ้นมาเอง แต่คุณลอกมันมาจากที่ไหนสักแห่ง ที่คุณเองก็บอกไม่ได้ว่ามันเป็นที่ไหน ...มันรวดเร็ว สำหรับเวลาในโลกมนุษย์เรา เพราะมันแค่งีบเดียวจริง ๆ ที่ผมผลอยหลับไปบนโต๊ะทำงาน อย่างมากก็ไม่เกิน ๑๐ นาที แต่สิ่งที่ผมได้เรียนรู้และรับมา มันเหมือนกับว่าเกือบครึ่งชีวิต.. แต่เมื่อลืมตาดูเข็มนาฬิกา มันเพียงแค่ ๑๐ นาที ...แล้วคุณว่า มันน่าเชื่อไหมล่ะ ?

เออร์วิน กล่าวต่อไปว่า.." ชีวิตของคุณ ที่คุณมีอยู่ทุกวันนี้ ไม่ได้เป็นส่วนน้อยนิดของสิ่งที่ดำรงอยู่ทั้งหมด แต่คุณนั่นแหละ "เป็นทั้งหมด" เพียงแต่ว่าทั้งหมดนั้น ไม่ได้เป็นสิ่งที่จะรับรู้ได้ง่าย ๆ.. เพราะมันเป็นทั้งอดีต..และ..เป็นอนาคต...เมื่อผมได้สมการมาแล้ว บางส่วนผมไม่เข้าใจ แม้แต่หาที่มา รวมทั้งตีความไม่ออก ผมก็พยายามที่จะทำความรู้สึกให้เหมือนกับตอนที่เกิดเหตุให้ผมได้สมการครั้งแรก...แต่มันก็ไม่เกิดขึ้นอีกเลย ...แม้ว่าสมการฟิสิกส์ที่ผมได้มา จะทำให้ผมได้รับรางวัลอันยิ่งใหญ่..แต่มันก็ยังไม่สมบูรณ์

สำหรับตัวอย่างที่ได้นำมาให้ได้อ่านกันนี้ เป็นประสบการณ์ที่เกิดขึ้นกับนักวิทยาศาสตร์ชั้นนำของโลก และเป็นสิ่งที่เขาเหล่านั้น ไม่อาจหาคำอธิบายสิ่งที่เกิดขึ้น และสิ่งที่ได้มานั้น เกิดขึ้นได้อย่างไร .... แม้ทุกวันนี้ คำถามคาใจนักวิทยาศาสตร์ฟิสิกส์ที่ได้นำทฤษฎีของท่านเหล่านี้ไปวิจัย ทดลอง ค้นคว้า ก็ยังไม่สามารถหาคำตอบ ถึง "แหล่งที่มา

ของความรู้" ที่นักวิทยาศาสตร์โลกได้รับมานั้นได้...ซึ่งแน่ละมันต้องอยู่ที่ไหนสักแห่ง ... แต่ที่ไหนละ..แล้วทำอย่างไรจะไปเอาความรู้นั้นมาได้....พรุ่งนี้ เรามาต่อกัน

ด้วยพลังแห่งพุทธานุภาพ จงดลบันดาลให้สาธุชนทุกท่าน จงประสบแต่ความสุข สำเร็จ ในทุกสิ่งอันปรารถนาอธิษฐาน จงสำเร็จโดยพลันทุกประการเทอญ เจริญพร

ปรากฏการณ์อันเกิดขึ้น กับนักฟิสิกส์วิทยาศาสตร์ระดับโลก ทั้ง ๓ ที่ยกขึ้นมาเป็นตัวอย่างนั้น เป็นส่วนหนึ่งในล้านราย แต่ไม่มีสักรายที่นักวิทยาศาสตร์ จะสามารถหาบทสรุป หรือ ทำการทดลองให้ประจักษ์ต่อสาธารณะ ด้วยเครื่องไม้เครื่องมือ และความคิดที่พวกตนภูมิใจว่าเยี่ยมยอดนั้นได้ ก็เพียงแต่ปล่อยให้เรื่องเงียบหายไปจากสังคมโลก แต่ซุ่มเงียบ แอบทำการวิจัยทดลอง ด้วยความหวังว่า สักวันหนึ่งเขาจะเข้าถึง "แหล่งรวมความรู้แห่งจักรวาล"

.... แต่สำหรับในทางพระพุทธศาสนานั้น สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ท่านได้ทรงเผยแผ่และอธิบายไว้แล้ว พร้อมทั้งให้แนวทางปฏิบัติแก่พุทธบริษัท เพื่อให้เข้าถึง "**แหล่งรวมความรู้แห่งจักรวาล**" ซึ่งเรียกว่า "**สุทธมโนทวารวิถี**" อันเป็นประตูขั้นต้นของผู้ปฏิบัติ ก่อนที่จะผ่านเข้าสู่สมาธิระดับสูงสุด อันเป็นความรู้ระดับสุดยอด นั่นคือ "ปัญญาวิมุติ" คือ หลุดพ้นจากสภาวะอันดำรงอยู่ด้วยธาตุ(element) ทั้งปวง รวมทั้งอยู่เหนือกฎเกณฑ์แห่งเวลา เป็นสภาวะที่เรียกว่า "นิพพาน"

ในระดับแห่ง "**สุทธมโนทวารวิถี**" นั้นแตกต่าง ไปจากระดับความรู้ปกติสามัญทั่วไป จะเรียกได้อย่างเต็มภาคภูมิว่า "**แหล่งรวมความรู้แห่งจักรวาล**" คือ ต้องการจะรู้ในสิ่งใด ก็สามารถรู้ได้ทั้งสิ้น ซึ่งเรียกว่า "**การหยั่งรู้**" แต่ก็แค่ "**รู้**" ยังต้องอยู่ในสภาพ และสภาวะของธาตุทั้ง ๔ (มหาภูตรูป) พระพุทธองค์จึงทรงให้โยคาวจร (ผู้ปฏิบัติ) สักแต่ว่ารู้ และทำได้ สร้างขึ้นเองได้ (ชนิดเหนือธรรมชาติ) และให้สลายไปก่อนกาลเวลาได้ เพื่อให้เข้าถึงสภาวะแห่งความไม่เที่ยง ความเป็นอนิจจังของทุกสรรพสิ่ง เข้าถึงสุดยอดแห่งความเป็นสมมุติ เพื่อที่จะสลัดหลุดความเป็นสมมุติ ในการผ่านเข้าสู่ "แหล่งรวมความรู้แห่งจักรวาล" หรือ "สุทธมโนทวารวิถี" จะ**สามารถผ่านเข้าได้ทางเดียวเท่านั้น** คือ การใช้**อารมณ์สมาธิ**ของ "**กสิณ**" อันจะเปรียบเสมือน**ประตูแห่งมิติ** ที่จะยกระดับอารมณ์ขึ้นจากภาวะแห่งสามัญมนุษย์อันประกอบไปด้วย รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส หรือที่ เรียกว่า ปัญจทวารวิถี สภาวะนี้ เรียกว่า "**ตทนุวิกมโนทวารวิถี**" อันเป็นสถานีสุดท้าย ก่อนที่โยคาวจรจะพ้นสภาพแห่งสามัญมนุษย์ เข้าสู่มิติแห่งมโนทวารวิถี นั่นคือสมาธิระดับสูงอันเรียกว่า "**อัปปนาสมาธิ**"

ซึ่งจะทำได้วิธีเดียวเท่านั้น คือ ทำด้วย "**ใจ**" หรือ "**กายในกาย**" ด้วยเหตุดั่งนี้ พระพุทธองค์ท่านจึง ทรงบัญญัติไว้ในข้อแรก แห่งการปฏิบัติสติปัฏฐาน -ปฏิสัมภิทามรรค ให้ "**เข้าถึงกายในกาย เป็นปกติ**" คือใช้ชีวิตกับ "ใจ" อย่างเป็นปกติสามัญ เหมือนร่างกายกับลมหาใจ ...ด้วยการปฏิบัติแห่งโยคาวจร ตามวิถีแห่งสติปัฏฐาน อันพระพุทธองค์ทรงให้แสวงหาเรือนว่าง โคนไม้ ...เรียนรู้จากกายในกาย...ผลที่ได้แก่โยคาวจร(ผู้ปฏิบัติ) คือสามารถเข้าถึง "แหล่งรวมความรู้จักรวาล" หยั่งรู้ทุกสรรพสิ่งอันสามัญมนุษย์ย่อมรู้ทั้งอดีตและอนาคตได้

ที่กล่าวมาข้างต้นนั้น คือ ข้อวิสัชนา หรือคำตอบจากคำถาม (ข้อปุจฉา) ที่ได้ตั้งไว้ในภาคที่ ๑ นั้น...

ต่อไปนี้จะได้กล่าวถึง ในส่วนทางด้านวิทยาศาสตร์การแพทย์ถึงกรณี ๓ นักวิทยาศาสตร์โลก ที่ได้รับความรู้จากประสบการณ์เหนือธรรมชาติ อันไร้คำอธิบายนั้น เกิดขึ้นได้อย่างไร

เพื่อให้เข้าใจทั้งสองด้าน ระหว่างพุทธศาสตร์และวิทยาศาสตร์การแพทย์ จึงขอ

ยกมาเทียบเคียง เพื่อความกระจ่าง.."**จิต**" ในทางอภิธรรมมีความหมายว่า "**เป็นธรรมชาติแห่งการคิด และรับรู้อารมณ์** (**จินฺเตนฺตีติ จิตฺตํ...อารมฺรณํ วิชานาติติ อตฺโถ**) นั่นหมายถึงว่า **ความรู้ที่เกิดขึ้น อันส่งผลให้เกิดอารมณ์รับรู้ได้มาจากจิต**

...ในทางวิทยาศาสตร์ ถือว่า **จิต** คือ **ผลของสสาร** เป็นการทำงานของสมองส่วนเซลล์ประสาทของโมเลกุล ชีวิตและจิต (ความรู้สึก-อารมณ์เป็นผลของสมอง) ที่สสารพลังงานอันเป็นฟิสิกส์เคมีที่สามารถเปลี่ยนรูป และส่งผลให้เกิดการหลั่งฮอร์โมน หรือโปรตีนขึ้นในสมอง ในระดับของโมเลกุล จะส่งสารสู่กระแสประสาท และ/หรือโมเล-กุล ที่เกี่ยวข้องกับการควบคุม การทำงานของสารส่งกระแสประสาท ซึ่งทางการแพทย์สามารถหาข้อมูลได้ว่า มีการเปลี่ยนแปลงระดับโมเลกุลต่าง ๆ หรือไม่ ในการทำหน้าที่เรื่องใดเรื่องหนึ่งของสมอง ...ในระดับสูงขึ้นไป คือ การทำงานของเซลล์ประสาท ว่ามากขึ้นหรือน้อยลง อันเป็นผลรวมจากการกระตุ้น หรือ ยับยั้งการส่งกระแสประสาท รวมทั้งการมีภาวะยืดหยุ่นดังกล่าวแล้ว

...การทำหน้าที่ระดับสูงสุดของสมอง คือการควบคุมในเรื่องการเรียนรู้ ความจำ ความคิด ความฝัน อารมณ์ ความรู้สึก และความผิดปกติทางจิตชนิดต่าง ๆ การกระจายตัวของอีเล็คตรอนในโมเลกุลของสมอง "ส่ง**กระแสพลังชนิดหนึ่ง**" อันก่อให้เกิดอารมณ์และความคิด รวมทั้งพฤติกรรม **พลัง**ชนิดนี้ เรียกว่า "**Intrinsic Activity**" ซึ่ง ทางการ-แพทย์พยายามค้นหาว่า จุดกระตุ้นให้โมเลกุลเกิดพลังนี้ เกิดจากอะไร และ มีลักษณะอย่างไร อีกทั้งการถ่ายทอดคำสั่ง ของโมเลกุลสมองที่สั่ง ให้เกิด "**ความรู้**" นั้น เกิดจากอะไร ? แม้ขณะนี้ (ปี พ.ศ. ๒๕๕๖) ทางการแพทย์ก็ยังไม่อาจหาข้อสรุป และคำตอบที่แน่นอนได้

... แต่ในทางพุทธศาสนา ได้ให้คำจำกัดความ สำหรับปรากฏการณ์เช่นที่เกิดขึ้นกับนักวิทยาศาสตร์ทั้ง ๓ และมนุษย์อื่น ที่มีลักษณะคล้ายกันนี้ไว้อย่างชัดเจน โดยจำกัดสภาวะนี้ว่า "**สัญญาเดิม**" หมายถึง สัญญาอันติดมากับบุคคลนั้นจากภพภูมิอดีตชาติ อันเรียกว่า "**กมฺมพันธุ**" เปรียบประดุจดั่งเมล็ดพันธุ์พืช ซึ่งไม่มีวันกลายเป็นพันธุ์อื่น เหมือนกับมะม่วงย่อมไม่อาจเปลี่ยนเป็นมะละกอ "ความจำ" หรือ "สัญญาเดิม" นี้ ถูกนำติดมาด้วย ทางการแพทย์ เรียกว่า **รหัสชีวภาค** ซึ่งแทรกอยู่ใน DNA อันมีอยู่มากกว่า ๒ ล้านล้านล้านหน่วย

นั่นไม่ได้หมายถึงว่าจะมีเฉพาะรหัสความเจ็บป่วย โรคภัยเฉพาะ อันเรียกว่าพันธุ-กรรมเท่านั้น ยังมีความจำส่วนอื่นที่ถูกเก็บไว้ เพียงรอเวลาและกระแสสัมพัทธ์อันเหมาะสม กระตุ้นให้ความจำนั้นแสดงผลออกมา ในรูปของความฝัน ความระลึกได้เฉียบพลัน ที่เราเรียกว่า "**อ๋อ**" นั่นก็คือ การเชื่อมกระแสความจำเก่า (สัญญาเดิม) เข้าด้วยกันและด้วยแรงกระตุ้น ของสัญญาณไฟฟ้าชีวภาคในระดับหนึ่ง อันเป็นระดับที่สัมพัทธ์ กับประจุหน่วยความจำใน DNA ทำให้ "**สัญญาเดิม**" ของนักวิทยาศาสตร์ทั้ง ๓ ท่านนั้นเกิดประ-สบการณ์ "**รู้ฉับพลัน**" ขึ้น...ซึ่งในแนวทางปฏิบัติสติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค ผู้ปฏิบัติย่อมสามารถเชื่อมต่อ "สัญญาเดิม" ได้ตามปรารถนา เพราะมีแนวทางการฝึกฝนปฏิบัติอีกทั้งสามารถนำมาใช้ได้ทุกเวลา ดังตัวอย่าง การเชื่อม "บุญในอดีตชาติ ให้แสดงผลร่วมกับบุญในปัจจุบัน" อันเราท่านได้ปฏิบัติกันอยู่เป็นปกตินี้เอง

ขออำนาจแห่งพระรัตนตรัย จงดลบันดาลให้ประสบความสุข สมหวัง สม-ปรารถนา อธิษฐานสิ่งใดอันเป็นกุศล จงสัมฤทธิ์ผลทันใจ ทุกประการ ทุกท่านเทอญ ...
เจริญพร

เนื่องจากได้รับคำขอร้องทั้งโดยส่วนตัว และใน FaceBook ให้ช่วยไขข้อข้องใจเรื่อง "กายานุปัสสนา" ซึ่งเป็นหนึ่งใน ๔ ของสติปัฏฐานสูตร เนื่องจากได้มีผู้กล่าวอ้างและนำมาสอนนั้น เหตุใดจึงไม่เหมือนกับที่เราได้ศึกษากันอยู่ ณ เวลานี้ ความแตกต่างอยู่ตรงไหน อะไรจริง อะไรที่คลาดเคลื่อนไปจากพุทธพจน์ขององค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า อันได้ทรงตรัสไว้ว่า "ธรรม และ วินัย อันตถาคตตรัสไว้ดีแล้ว"

เราทั้งหลายที่ได้ "ปฏิญญา ถวายชีวิตและภพชาตินี้เป็นพุทธบูชา และในฐานะเป็นพุทธบุตร" จักต้องดำเนินไปตามรอยบาทแห่งพระศาสดา รักษาไว้ซึ่งพระธรรมคำสั่งสอน ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอันจริงแท้นั้นไว้ มิให้แปรเปลี่ยนเสื่อมถอย เพื่อให้อนุชนคนรุ่นหลัง ได้นำไปใช้ศึกษาปฏิบัติสู่ความพ้นทุกข์สืบไป

ในแนวทางแห่งสติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค อันได้กล่าวถึงเรื่องกายานุปัสนาสติปัฏฐานและสัมปโยค คือ การประกอบให้ถึงพร้อมด้วย กายในกาย เพื่อการ **ลด ละ เลิก** และ**หลุด**จาก โลภะ โทสะ โมหะ อวิชา ตัณหา กิเลสอาสวะ อันเป็นธรรมชาติแห่งอกุศลเจตสิก (ใจ=กายในกาย) จึงต้องเข้าถึง "กายในกาย" เพื่อกำจัดอภิชฌาโทมนัสในโลกนี้เสียได้ จึงมีพุทธพจน์ว่า " วิเนยฺโย โลเก อภิชฌาโทมนสฺสํ..." เป็นอาทิ

ก็แล การเข้าถึงกายในกายเพื่อกิจแห่งกายานุปัสนานั้น โยคาวจรพึงดำเนิน ดั่งนี้

อาตาปี สมฺปชาโน สติมา , กาเย กายานุปสฺส วิหรติ..

คำว่า "**อาตาปี**" คือ โยคาวจรผู้มีความเพียร กำหนดให้กายในกาย ระลึกรู้อารมณ์ อันมี

นิมิต ด้วยความ "จดจ่อ (ฉันทะ)" ไม่ทอดทิ้ง จึงเรียกว่า "อาตาปะ" ผู้มีความเพียรในนิมิตอันมีปถวีกสิณเป็นปฐม

เหตุที่มาแห่งโยคาวจร ต้องพึงใช้นิมิตแห่งกสิณ ก็เพื่อพิจารณาความไม่เที่ยง สังขารทั้งปวง ให้เห็นความจริงในความเป็นสมมุติ ด้วยความเชี่ยวชาญในการสมมุติ ดั่งพุทธพจน์ แสดงในสติปัฏฐานว่า "ภิกษุในศาสนาตถาคตนี้ ย่อมเห็นกายคือปถวี โดยความเป็นสภาพไม่เที่ยง โดยนัยเดียวกันย่อมเห็นกายคืออาโป กายคือวาโย...กายคือเตโช ..ล้วนมีสภาพไม่เที่ยง ก็เพราะการตามเห็นกายในกาย อันประกอบด้วยธาตุทั้งปวง จึงชื่อว่าเป็น **ผู้มีปกติตามเห็นกายในกาย** คือ **กายานุปัสสีบุคคล**

คำว่า "**สมฺปชาโน**" คือ โยคาวจรย่อม**กำหนดนิมิตนั้นให้แจ่มชัด** ไม่หมองหม่น ไม่สอดส่ายไปยังอารมณ์อื่น แม้อิริยาบท แม้กาล-เทศะจะแปรเปลี่ยนไป

คำว่า "**สติมา**" คือ โยคาวจรนั้น ย่อมเป็นผู้มีปกติในการระลึกรู้อารมณ์ สามารถสนธิกายในกายกับกายนอก (กายสังขาร) ทั้งแยกกายในกายกับกายนอก (กายสังขาร) โดยนิมิตไม่สั่นไหว ดุจน้ำในมหาสาครอันปราศจากลม ย่อมไม่กระเพื่อม **ย่อมยังกายในกายให้อยู่ในอำนาจ** ฉะนี้แล อกุศลเจตสิกย่อมไม่อาจบังเกิดขึ้นได้

ด้วยอาการดั่งนี้โยคาวจรจึงละเสียได้ซึ่งอภิชฌาโทมนัส กิเลส ตัณหา ราคะ อาสวะกิเลสทั้งปวง ฯ

ดังที่ได้ยกมาแสดงนี้ จึงขอให้ท่านสาธุชนผู้มีใจประกอบไปด้วยกุศลศรัทธา ในการศึกษาปฏิบัติสติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรคดั่งที่เราได้เผยแผ่มานี้ จงได้ภาคภูมิใจในความเป็น "พุทธบุตร" ของท่าน ที่จะได้สืบสาน"สัจจธรรม" ความจริงแท้ นำไปเผยแผ่และเปรียบเทียบ เพื่อให้รู้แจ้งกระจ่างถึงความจริงเท็จ และ การปลอมปนพุทธพจน์ อันปรากฏอยู่ทั่วไปบนผืนแผ่นดินไทยในปัจจุบัน

ขออำนาจแห่งพุทธานุภาพอันประมาณมิได้ จงอำนวยอวยชัย ให้ท่านทั้งหลายสมปรารถนาในทุกสิ่งที่อธิษฐานอันเป็นกุศล ทุกท่าน ทุกประการเทอญ ฯ เจริญพร

... ในทุกๆ ปีระยะช่วงเข้าพรรษา ที่มีการเปิดอบรมปฏิบัติสติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค ก็จะมีสาธุชนมากหน้าหลายตา พากันเดินทางมาจากหลายแหล่งแห่งตำบล บ้างก็เช่าเหมารถกันมา จากจังหวัดไกล ๆ ด้วยเป้าหมายเดียวกัน คือ "ต้องการได้แนวทางปฏิบัติ อันสามารถเปลี่ยนชีวิต ธุรกิจ ครอบครัว ของพวกเขาให้มีความสุข สมบูรณ์ กว่าที่เป็นอยู่"

และเมื่อมาได้รับฟังในครั้งแรกก็แปลกใจ..ว่า "แนวทางปฏิบัติทำไม จึงง่ายอย่างนี้..? เกิดวิฉิกิจฉา(ความสงสัย) ว่าจะได้ผลจริงหรือ ? เพราะเท่าที่ปฏิบัติกันมา นั่งหลังขดหลังแข็ง บางคนก็แทบจะเป็นอัมพาต ก็ยังไม่อาจเปลี่ยนให้ชีวิตดีขึ้นกว่าเดิมได้...นี่อะไร แค่..ท่องนะโม...ตัสสะ ...แค่เนี้ยะนะ ..แล้วจะมีเทวดามาช่วยให้พ้นทุกข์... แต่ก็ลอง ๆ นั่งฟังไป ... เพราะไม่เคยได้ยินได้ฟัง...แต่ใจหวังผล เผื่อจะได้..เผื่อฟลุ๊ค ..

... และเมื่อเวลาผ่านไป.. จากวันเป็นสัปดาห์ จากสัปดาห์เป็นเดือน และก็ผ่านไปอย่างไม่มีวันถอยหลังกลับ...ภาพเดิมๆ เหมือนฉายหนังซ้ำม้วน นั่นก็คือ ส่วนใหญ่จะ "ทำกันไม่ได้ผล" เพราะ "ไม่ได้ทำ" หรือ "ทำมั่งไม่ทำมั่ง" แต่ความหวัง ความฝันของเขาเหล่านั้นก็ยังคงเดิม คือ "อยากให้ชีวิตดีขึ้น"...แต่ไม่อยากปฏิบัติ

หลายๆ คนที่มาเป็นนักธุรกิจ ก็(แอบ)ออกความเห็น รู้กันเฉพาะในกลุ่มชนิดรู้กัน Z ว่า "จะเป็นไปได้ไง นั่งอธิษฐาน...แล้วจะรวย...มันต้องทำธุรกิจ...ทำการค้า...ทำมาหากิน ถึงจะรวยได้...แค่นั่งท่องนะโม...รอเทวดา...รับรองอดตาย" เสียงกระซิบเหล่านี้เป็น

ปกติ ได้ยินมาทุกปี อย่างนี้เหมือนกัน...แต่เปลี่ยนคนพูด..และผู้ที่พูดแบบเดียวกันนี้ก็มีผลลัพท์แบบเดียวกัน คือ "ธุรกิจเจ๊ง ทุกราย"

ที่กล่าวเช่นนี้ก็เพราะเวลาได้ผ่านล่วงเลยมา จนเกือบที่จะปิดภาคการสอนแล้ว... เหลืออีกเพียง ๓ อาทิตย์ก็ปิดการอบรม ซึ่งไม่รู้ว่าปีหน้าฟ้าใหม่ แผ่นดินไทยจะยังคงสงบ ให้พวกเราได้มีโอกาสได้ปฏิบัติกันอีกหรือไม่

ชีวิตของมนุษย์นั้นเมื่อเกิดมาแล้ว ชีวิตนั้นเรามีโอกาส และสามารถที่จะปรับ และปรุง เหมือนอาหาร ให้รสชาดอร่อย หรือ ปล่อยให้บูดเน่าเป็นของเสียก็ย่อมได้ **Your Life on Your Hand** เราสามารถกำหนดให้เป็นไปได้ตามใจปรารถนา ไม่ว่าจะอยู่ในฐานะไหน จะต่างกันก็แต่ "ใจ" ของใครที่จะ "ตัดสิน" ในสภาวะ และอารมณ์ที่เกิดขึ้นนั้น ๆ ได้ดีกว่ากัน ใครที่รู้อารมณ์ของตน ควบคุมอารมณ์ตนได้ ก็สามารถควบคุมอารมณ์คนอื่นได้ รวมทั้งสร้างอารมณ์ให้กับคนอื่นได้เช่นกัน การควบคุมอารมณ์นี้เรียกว่า "สติ" นี่แหละที่เราฝึกกันอยู่

ธุรกิจ ที่ Boom ขายดิบขายดี ดารา นักร้อง นักแสดง แม่ค้า หรือ ไม่ว่านายก ผู้กำกับ ไม่จำกัดว่าเป็นใคร หากรู้ "ใจ" รู้จัก "อารมณ์" คือ "ความต้องการ" ของ "สังคม" ผู้นั้น ก็สามารถที่จะได้รับการตอบแทน เราเรียกสิ่งนั้นว่า "ทรัพย์" ซึ่งอาจจะเป็นอะไรก็ได้ และนั่นคือสิ่งที่ได้รับ คือ "อารมณ์ที่พึงพอใจ" เพราะรู้ว่า "อะไรคือสิ่งที่ใจ หรือสร้างให้เกิดอารมณ์ชอบของสังคม นั้นๆ ได้"

ด้วยเหตุนี้ คำถามจึงมีว่า "อะไรเป็นตัวกระตุ้นให้เกิดอารมณ์ ชอบ-ยินดี" แม้แต่นักวิทยาศาสตร์ก็ไม่อาจตอบได้ เพียงแต่สามารถจำกัดความได้ว่า มันเป็นคลื่นชนิดหนึ่ง ซึ่งอาจอธิบายได้ ในลักษณะของ Quantum Physic ว่า มันเป็นอานุภาคหนึ่ง คล้ายกับ "โฟตรอน" และ "อีเล็คตรอน" และมีปฏิกริยา ๒ อย่าง คือบวก (ชอบ) และลบ (ไม่ชอบ) บางครั้งมันก็เป็นคลื่น บางครั้งมันก็เป็นอานุภาคในสภาวะเดียวกัน นี่คือลักษณะของ "อารมณ์"

พวกเราได้เรียนรู้ การควบคุม และสร้างคลื่นเหล่านี้ ได้เหนือกว่านักวิทยาศาสตร์มากมาย เมื่อเราพิจารณาปฏิกริยาทาง Quantum อานุภาคที่กล่าวถึงนี้ "จะมีความไวต่อความรู้สึก เพียงแต่เราจ้องมองเท่านั้น มันก็แปรเปลี่ยน คือ จากคลื่น กลายเป็นอานุภาค แต่ถ้าเราไม่จ้องมอง มันก็จะอยู่ในสภาวะของคลื่นของมันต่อไป" ดังนั้น ตามสภาวะดัง

กล่าวนี้ คลื่นของความ "ชอบใจ-ถูกใจ" จึงสามารถสร้างขึ้นได้ แต่ต้องอาศัยการฝึกฝนตั้งแต่ขั้นต้น เรียกว่า "คลื่น=คลื่นเสียง=นะโม" และ สามารถควบคุมให้แปรเปลี่ยนเป็นอานุภาค (เข้าสู่กายในกาย = Plasma)

ซึ่งก็คือการทิ้งขนนก และการเดินปะคำ และหลังจากนั้น จึงนำทั้งคลื่นและอานุภาคนั้นมาใช้งาน ในลักษณะของพลังงาน (Energy) อันไร้ขีดจำกัด ซึ่งสามารถแปร - เปลี่ยน "สังคมประชาชาติ" ให้เกิด "อารมณ์ชอบ-ถูกใจ" ดังนั้น ไม่ว่าจะทำอะไรย่อมได้รับผลตอบแทนในสิ่งอันพึงใจ ซึ่งนั่นก็คือ "**ความสมหวังในสิ่งที่ปรารถนา**" และนี่เป็นคำจำกัดความของมนุษย์ทุกรูปนาม เพียงแต่คำที่ใช้แทนค่าความหมาย ในสิ่งที่ได้รับแตกต่างกันไป บ้างก็ว่าเป็นยศตำแหน่ง บ้างก็ว่าเป็นเงิน บ้างก็ว่าความสวย แต่แท้แล้วคือ "ความสมประสงค์ในสิ่งต้องการ (ถูกใจ)

เมื่อเขียนมาถึง ณ จุดนี้ จึงสามารถสรุปความได้อย่างเบ็ดเสร็จ ถึงความแตกต่างอันจะบังเกิด คือ ผู้ที่ไม่ปฏิบัติย่อมไม่อาจแม้จะควบคุมอารมณ์ของเขาเองได้ ดังนั้น เขาก็ไม่อาจที่จะสำเร็จได้ เพราะการไม่อาจระลึกรู้อารมณ์ย่อม เข้าไม่ถึงที่ตั้งแห่ง "ใจ" และย่อมจะไม่มีสิ่งใดที่เขาจะ "สมใจ ดั่งปรารถนา"

ด้วยเหตุดั่งนี้องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า จึงมีพุทธพจน์กำหนดความสำคัญของ "ใจ" อันเป็นตัวตัดสิน "อารมณ์" ว่า "สิ่งทั้งหลายย่อมสำเร็จได้ด้วยใจ" เพราะทุกชีวิตที่ยังเวียนว่ายตายเกิดนี้ ล้วนเกิดมาเพื่อ "เสวยอารมณ์" (เสวย แปลว่า ดำรงชีพ) แปลให้สมบูรณ์จะได้ความว่า "มนุษย์ทั้งหลายดำรงชีพอยู่ด้วยอารมณ์" สิ่งควบคุมอารมณ์ คือ "**สติ**"

ดังนั้น ผู้ปฏิบัติสติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค จึงเป็นมนุษย์ที่อยู่เหนือมนุษย์ เพราะสามารถบังคับ-ควบคุม "ใจ" อันเป็นต้นกำเนิดแห่งอารมณ์ทั้งปวงของมนุษย์ จึงเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จในทุกสิ่งได้ตามต้องการ แม้กระทั่งกาลเวลา

ขออำนาจแห่งพุทธานุภาพอันประมาณมิได้ จงอำนวยอวยชัย ให้ท่านทั้งหลายสมปรารถนาในทุกสิ่งที่อธิษฐานอันเป็นกุศล ทุกท่าน ทุกประการเทอญ ฯ เจริญพร

จากระยะเวลาที่ผ่านมาจวบจนปัจจุบัน อันสาธุชนทั้งหลายอันได้ศึกษาแลปฏิบัติสติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค กันมาอย่างต่อเนื่อง ก็เชื่อได้ว่าจะต้องได้ "ปิติ" กันแล้วถ้วนหน้า

ความหมายของปิติโดยละเอียด สำหรับท่านที่สนใจ ก็ให้เข้าไปใน Google แล้วพิมพ์คำว่า "ความหมายของปิติ" ก็จะทราบ รายละเอียดแบบพิสดาร ซึ่งคงไม่อาจนำมาบรรยายใน Line ได้อย่างหมดสิ้น

ในที่นี้ก็จะกล่าวถึง การฝึกขั้นต่อไป สำหรับ ผู้ที่ได้ "ปิติ+นิมิต" แล้วเท่านั้น การปฏิบัตินี้เป็นกำหนดอันปรากฏในพระไตรปิฎก ให้โยคาวจร(ผู้ปฏิบัติ) ต้องฝึกฝน อย่างมีขั้นตอนและเป็นระบบ โดยมีระดับการฝึก ๕ ขั้นตอน เรียกว่า "วสี ๕" ดังนี้

๑. ฝึกระลึกอารมณ์-ตามลมหาใจ ให้รู้ว่าถึงไหน ตรงไหน นิยะมะ (ฐานธาตุ) อะไร พร้อมไปกับนิมิตไม่ขาดหายจนชำนาญ นี้เรียกว่า "**อาวัชชนวสี**"

๒. ฝึกในการระลึกรู้อารมณ์ ฐานนิยะมะ (ฐานธาตุ) อันได้กำหนด (ตั้งลม) แต่ละมหาภูตรูป (ธาตุทั้ง๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม) ว่ามีความแตกต่าง (ของอารมณ์) อย่างไร จนสามารถระลึกอารมณ์ความแตกต่างได้ชำนาญ นี้เรียกว่า "**สมาปัชชนวสี**"

๓. ฝึกในการตั้งนิมิตพร้อม ระงับอัสสาสะ-ปัสสาสะ (ตั้งลม) และเปลี่ยนนิมิตนั้นเป็นภาพที่ปรารถนา (อธิษฐาน) ได้ทุกนิยะมะ (ฐานธาตุ) โดยตั้งอยู่ได้ ๕ อักษรขึ้นไป นี้เรียกว่า "**อธิษฐานวสี**"

๔. ฝึกในการแปรเปลี่ยน โดยย่อ ขยาย ภาพนิมิตเป็นสิ่งปรารถนาในทุกนิยะมะ (ฐานธาตุ) โดยตั้งอยู่ในแต่ละนิยะมะไม่น้อยกว่า ๕ อักษรขึ้นไป นี้เรียกว่า "**ปัจจเวกขณวสี**"

๕. ฝึกในการระลึกรู้อารมณ์ พร้อมนิมิตสุดท้าย (ก่อนจะเลิกการปฏิบัติภาวนา) เพื่อนำอารมณ์ที่ระลึกนี้ไปปฏิบัติต่อในคราวหน้า ...คือ เมื่อปฏิบัติครั้งต่อไป ก็ให้ระลึกอารมณ์สุดท้ายนี้ เลย=เหมือนอ่านหนังสือถึงหน้าไหน ก็คั่นหน้าไว้ จะอ่านครั้งต่อไป ก็เปิดหน้านี้เลย ไม่ต้องเริ่มอ่านแต่หน้าแรก อันจะทำให้การปฏิบัติก้าวหน้าไปเรื่อย ๆ ไม่ต้องเริ่มต้นใหม่อยู่ตลอด) นี้คือ อารมณ์สุดท้าย พร้อมนิมิตก่อนออกจากสมาธิ ฝึกอย่างชำนาญ นี้เรียกว่า "**วุฏฐานวสี**"

หมายเหตุ ::: การตั้งลม ๕ อักษร นั้นจริงแล้วเป็นระดับมาตรฐานขั้นต้น ธรรมดาต้องได้ ๕ อักษร นับเป็น ๑ ครั้ง คือ หายใจเข้า ๕ อักษร ตั้งลม ๕ อักษร หายใจออก ๕ อักษร รวมทั้งหมดหายใจรอบหนึ่ง ๑๕ อักษร (๑ อักษร คือ ๑ ขนนกตกพื้น)

อาการแห่ง "**ปิติ**" คือ **สัญญาณที่บอกความพร้อมของ กาย วาจา ใจ ที่รวมเป็นหนึ่งเดียว** คือ "**สมาธิ**" ตรงนี้แหละที่เป็น "**บุญ**" ที่เหนือกว่าอื่นใด เรียกว่า "**ภาวนามัย**" คือ "บุญสำเร็จด้วยการภาวนา" อารมณ์อันเกิดขึ้นในขณะเกิดปิตินี้ และนำไปตั้งไว้ ณ นิยะมะ (ฐานธาตุ) นั้นเป็นอติมหันตารมย์ อันส่งผลเป็นมหัคจิต เป็นมหากุศล - มหาวิบาก **แสดงผลทันที** อันส่งผลให้ผู้ปฏิบัติได้รับอานิสงค์ ตามที่ได้ปรารถนาอธิษฐาน

ต่อไปจะได้กล่าวถึง "**ปิติ**" อย่างละเอียด เพื่อสำหรับผู้ปฏิบัติจักได้นำไปศึกษาพิจาณาเทียบเคียง กับกริยา อาการ ที่เกิดขึ้นกับตน ในขณะปฏิบัติ ดังนี้

ตามคัมภีร์พระบาลีมีว่า **ปีณยตีติ = ปิติ.** ความว่า ธรรมชาติใดที่เพียบพร้อมธรรมชาตินั้น**ชื่อ**ว่า **ปิติ**

ลักษณะของ "ปิติ" มี ๕ ประการ ดั่งที่ได้เคยกล่าวไปแล้ว **ความสำคัญ**ของ **"ปิติ"** ก็คือ **การนำเอาปิติมาใช้ในการทุกเมื่อ ที่ต้องการจะอธิษฐาน ให้สิ่งที่เราปรารถนานั้นเป็นจริง**

ในกรณีที่เป็นการปฏิบัติขั้นต้น นับตั้งแต่การ "ทิ้งขนนก" หรือ "การชักปะคำ" ซึ่งจะเป็นช่วง ขั้นการปฏิบัติเพื่อหาตัวปิติที่แท้ว่าเป็นตัวใด ใน นะโม ทั้ง ๑๘ ตัว

"ปิติ" ที่เกิดขึ้นในช่วงของ ๒ ขั้นแรกนั้น เป็นลักษณะความถึงพร้อมในรหัสนามแห่งเทพยดา คือ เราได้ปิติจากคลื่นเสียง ขณะที่เปล่งวาจา กับ ใจ ให้ตรงกัน โดยใช้รหัสนามเทพยดาผู้บัญญัตินะโม..ฉะนั้นเมื่อปิติ เกิดที่รหัสตัวใด อักขระนั้น ก็คือ ตัวแทนของเทพยดาองค์นั้น ซึ่งจะเป็นเทวดาประจำตัวเราไปตลอด เท่าที่เรายังไม่ได้ "นิมิตกสิณ"

ซึ่ง "ปิติ" ชั้นต้นนี้ เป็นสัญญาณบอกว่า กาย วาจา ใจ ของเราถึงพร้อมในวาระจิตนั้นแล้ว ก็ให้ "**จำ**" ลักษณะ อาการ ขณะที่เกิดนั้นให้ได้ ลักษณะอาการที่เกิดขึ้นที่เราจำได้นี้เรียกว่า "**อารมณ์**" คือสิ่งที่เราต้องนำไปใช้ฝึก "ระลึก" ซึ่งเป็นการปฏิบัติ "สติ= ธรรมชาติระลึกรู้อารมณ์" อันเป็นที่มาแห่งสติปัฏฐาน

การที่ได้ "ปิติ" ขั้นต้น เมื่อเกิดอาการดังกล่าว และจำอารมณ์ขณะที่เกิดได้แล้ว ว่าเป็นตัวอะไร ก็ให้รู้ว่า เทวดานั้น องค์นั้น คือผู้ที่จะคอยดูแลเรา ซึ่งเป็นผู้ปฏิบัติชอบ (คือปฏิบัติถูกต้องตามสติปัฏฐาน อันเป็นหนทางเดียวสู่พระนิพพาน) เทพยดาองค์นั้น (ที่เราได้ปิติ) ก็จะทำหน้าที่ช่วยเหลือเราไม่ให้เกิดความทุกข์ หรือ ภัยใด ๆ ในทุกเรื่อง

หมายถึง ต้องการอะไร แบบไหน ปัญหาอะไร หรือว่า ต้องการรู้เรื่องวิชาการ ข้อสอบ เหตุการณ์ สารพัดอย่าง ก็ให้เอ่ยชื่อเทพยดาองค์นั้น แล้วบอกไปเลย เช่น..หาก ได้ปิติตรง สะ..ตัวสุดท้าย ก็คือท้าวมหาพรหม เราก็ให้ระลึกถึงอารมณ์จนเกิดปิติ เสีย-ก่อน เมื่อเกิดปิติแล้ว จึงเปล่งวาจาให้พร้อมกับใจ บอกไปว่าเราต้องการอะไร = เหมือนเราบอกพ่อแม่ หรือครูอาจารย์

ได้บรรยายค้างไว้ในครั้งก่อน ว่าด้วย "**วสี** = **ความชำนาญในการระลึก**" ก็จะเพิ่มเติมให้สมบูรณ์ เพื่อเป็นประโยชน์แก่สาธุชนผู้มีใจกุศล ใฝ่ในการปฏิบัติสติปัฏฐาน - ปฏิสัมภิทามรรค สืบไป

"**ปิติ**" เป็น**องค์แห่งปฐมฌาน** ก็แล ปิตินั้นมี ๕ ประการ พระสารีบุตรอรหันตเถระอัครสาวกเบื้องขวาแห่งองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ได้ทรงรจนาตามพุทธบัญชาปรากฏอยู่ในปฏิสัมภิทามรรค ความว่า

บทว่า "**อาวชฺชนาวสี**" = โยคาวจรผู้มีความชำนาญในการระลึก

บทว่า "**ปฐมํ ฌานํ ยตฺถิจฺฉกํ**" = ระลึกอารมณ์แห่งปฐมฌาน (ปีติ)ได้ทุกที่ตามปรารถนา

มีอรรถาธิบายว่า :: โยคาวจร ย่อมระลึกถึงอารมณ์อันเป็นปฐมฌาน (ปีติ)ได้ในทุกเทศะประเทศ ที่ตนปรารถนา ไม่ว่าจะเป็นในเคหะ หรือ ในป่าก็ตาม

บทว่า "**ยทิจฺฉกํ**" = เมื่อปรารถนาจะระลึกอารมณ์แห่งปฐมฌาน(ปีติ) ณ กาลใด ไม่ว่า หนาวหรือร้อน ก็ย่อมระลึกได้ตามปรารถนา ย่อมอยู่เหนือภาวะแห่งกาล

ก็แล โยคาวจรย่อมระลึกอารมณ์แห่งปฐมฌาน(ปีติ) ที่ปรารถนา อันมี "ปถวีกสิณนิมิต" เป็นอารมณ์ ย่อมชำนาญในการระลึกอารมณ์นิมิต แม้ในขณะมีกสิณอื่นอยู่ในอารมณ์อยู่แล้ว (เพิก แปรเปลี่ยนสรรพสิ่งด้วยสมมุติ=สัมปยุติธาตุ)

บทว่า "**ภวติจฺฉกํ**" คือ โยคาวจรปรารถนา (อธิษฐาน, สมมุติ) ให้สิ่งนั้น ๆ เกิดขึ้นเมื่อใดก็ย่อมได้ คือ ให้เกิดขึ้นเพียงลัดนิ้วมือเดียว (ทันที) หรือหลังจากนั้น ๗ วัน หรือตามกำหนด

บทว่า "**อาวชฺชนาย**" คือ การระลึกอารมณ์นิมิตแห่งปถวีกสิณ ได้อีกนามหนึ่งว่าเป็นพฤติแห่ง "**มโนทวารวัชชนะ**"

บทว่า "**ทนฺธายิตตฺตํ**" คือ สิ่งอันปรารถนานั้นไม่เป็นไปตามอำนาจแห่งกาล-เทศะ

บทว่า "**สมาปชฺชติ**" คือ ย่อมเข้าไปในฌานอย่างแนบแน่น (ด้วยอารมณ์อัปปนาสมาธิ)

บทว่า "**อธิฏฺฐาติ**" โยคาวจร ย่อมสามารถบรรลุอธิษฐาน (สมมุติสรรพสิ่งให้เกิดขึ้น = แปรเปลี่ยนสรรพสิ่ง)

บทว่า "**ปถมํ ฌานํ** " ในวุฏฐานวสี (เป็นทุติยวิภัติ ลงในอรรถแห่งปัญจมีวิภัติ) แปลว่า "จากอารมณ์แห่งปฐมฌาน"

ความหมายโดยรวม ของ พระบาลีว่า "**ปฐมํ ฌานํ อธิฏฐาติ**" คือ โยคาวจร ย่อมอธิษฐาน โดยอาศัยอารมณ์แห่งปฐมฌาน (ปีติ)

บทว่า "**ปจฺจเวกขติ**" คือ ระลึกอารมณ์+นิมิต (ภาพที่ปรารถนาจะให้แปรเปลี่ยนเป็นอะไร) ทันที ด้วยอารมณ์อันแล่นไปในการอธิษฐาน (จดจ่อ) นั้น

...การแล่นไปนั้นมีอาการอย่างไร?... เมื่อโยคาวจรอธิษฐาน ให้เป็นไปตาม

ต้องการ แม้ในอารมณ์แห่งปฐมฌาน (ปีติ) **พึงต้องออกจากฌานนั้น แล้วจึงยกจิตขึ้นสู่อารมณ์ ระลึกภาพอันปรารถนาจะให้เป็น แห่งวิตกชวนจิต ๔ หรือ ๕** (วิ-ตะ-กะ-ชะ-วะ-นะ-จิต) **อารมณ์นั้นย่อมแล่นไปตามลำดับแห่งอาวชนจิต อันมีวิจารณ์เป็นอารมณ์แล่นไป** เรียกง่าย ๆ ว่า "**อารมณ์เพิก**" คือ วิวัฏฏะ ดั่งทำในมนสิการนั้นแล ฯ

โยคาวจร สามารถ ยกอารมณ์ระลึกรู้นั้น ไปตามลำดับขององค์ฌาน (นิยมะฐานธาตุ) อันประสงค์ ก็ด้วยประการฉะนี้ โยคาวจรนั้นย่อมสำเร็จสมประสงค์ ในการผันแปร-สัมปยุต ย่อมเป็นไปโดยอำนาจแห่งโยคาวจรนั้น

การตั้ง-เลื่อน (ไปยังนิยมะ) ตามประสงค์ หรือ วสีแห่งการแปรเปลี่ยนฐานธาตุต่าง ๆ นั้น ย่อมมิมีหนึ่งใดเทียบได้กับการทำยมกปาฏิหาริย์ของพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ ไม่มี (อาวชชนจิต) อาวัชชนวสีใด ยิ่งกว่าได้

การคำนวณความเร็วภาวะของ "**ภวังควาระ**" ในแต่ละฌานนั้น มิอาจคำนวณได้ ตัวอย่างแห่งอาวชชนวสี เช่น กรณีพระโมคคัลลานอรหันตเถรเจ้า ทรงทรมานนันโทปนันทนาคราช และ การที่พระพุทธองค์ทรงหยุดพญาช้างนาฬาคีรี ซึ่งวิ่งมาด้วยความเร็วเช่นนี้ เรียกว่า "**สมาปัชชนวสี**" หมายถึง ความเป็นผู้เข้าถึง และตั้งอยู่ในสมาบัติ อย่างฉับพลัน (ระลึกอารมณ์+ภาพ+วิวัฏฏะ) ชั่วพริบตา ลักษณะนี้ เรียกว่า "**อธิษฐานวสี**" การเข้าไปอีกฌานหนึ่ง (นิยมะฐานธาตุ) แล้วเปลี่ยนไปอีกฌาน (นิยมะฐานธาตุ) หนึ่ง นั้นเรียกว่า "**วุฏฐานวสี**"

ความเป็นผู้เข้าถึง อาวัชชนวสีได้อย่างรวดเร็วตามใจนึก แปรเปลี่ยน-สัมปยุตสรรพสิ่งได้ตามปรารถนาของโยคาวจรผู้ประสงค์ เมื่อเข้าฌานอันมีกสิณอารมณ์ตั้ง ณ นิยมะฐานธาตุ ต่าง ๆ เป็นที่ตั้ง

เพราะความสำเร็จจากอารมณ์แห่งกสิณ เพราะความสำเร็จสามารถในการระลึกแห่งนิมิตอารมณ์กสิณ ของโยคาวจรผู้วิวัฏฏะ เนรมิตรเพศหลายอย่าง มากเป็นร้อยเป็นพัน ดั่งเช่นกรณี พระจูฬปัฏถก หรือ การแปลงสังขารของพระมหากัจจายนะ ที่กระทำได้เพราะไม่มีปัญจเวกขณะ อันเป็นองค์ฌาน แม้ในเวลาแสดงปาฏิหาริย์นั้น ๆ

หวังเป็นอย่างยิ่งว่า ที่ได้บรรยายมาข้างต้น สาธุชนผู้ที่ได้ผ่านการปฏิบัติตามขั้นตอน และได้ปฏิบัติชำนาญในกสิณ ย่อม "เข้าใจ" ในสื่ออักษรที่บรรยายนี้ทุกประการ

ตามความเป็นจริงแล้วในประเทศไทยยุคปัจจุบัน การถ่ายทอดหรือสอนวิธีปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรคนั้นกล่าวได้ว่าไม่มี และไม่เพียงไม่มีเท่านั้น ยังมีการสั่งสอนกันผิด ๆ ของผู้ที่ตั้งสำนัก สถาปนาตนเองเป็นอาจารย์ ก็เอาความนึกคิดของตน ไปลบล้างพระพุทธพจน์ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอันตรัสไว้ดีแล้ว รวมทั้งแก้ไขตามใจตน เป็นที่น่าเศร้าใจ

โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การทำกสิณ ซึ่งเป็น "**สมถะ**" หรือ พื้นฐานต้องสามารถทำสมาธิให้บรรลุถึงขั้น "**ฌาน**" ก่อน เพื่อตัด "รูป" จึงอาศัยพลังแห่งสมาธิ เรียกว่า "สมาธิพละ" **ในส่วนของอารมณ์กสิณเท่านั้น** เพื่อก้าวขึ้นสู่ญานอันเป็นการตัด-ดับ "นาม" และเข้าสู่สภาวะ"**ปัญญาวิมุติ**" เพื่อหลุดพ้นจากวัฏฏะสงสาร และการเวียนว่ายตายเกิด ทรงสภาพโดยไม่อาศัยมหาภูตรูป ๔ อยู่เหนือกฎเกณฑ์แห่งเวลา (Time) และเทศะ (time) คือสภาวะแห่งนิพพาน

พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ชัดเจนว่า ในกรรมฐานทั้ง ๔๐ ประการ มีเพียงอาปานสติ กับ กสิณ เท่านั้นที่สามารถเป็นปกรณ์ (เครื่องช่วย) ให้ถึงพระนิพพานได้ และการจะเข้าถึงพระนิพพานได้ ต้องปฏิบัติด้วยกายในกาย (ใจ) หรือ มโนทวารวิถี เท่านั้น ไม่มีหนทางอื่น

ดังนั้น การปฏิบัติกสิณ (เครื่องยังให้เกิดแสงสว่าง) ก็ดุจดั่งแสงเทียนเล่มน้อย ที่ไว้เปรียบเทียบกับแสงสว่างที่ยิ่งกว่า อันได้แก่ ดวงอัปปมัญญา และ ดวงปัญญา ดังมีพุทธ

ดำรัสไว้ว่า "นตฺถิ ปญฺญา สมาอาภา ...แสงสว่างเสมอด้วยปัญญาไม่มี" ด้วยเหตุดั่งนี้ การปฏิบัติกสิณ จึงเป็นไปเพื่อฝึกกายในกาย ให้เชี่ยวชาญ คล่องแคล่วในการอธิษฐาน อันเรียกว่า "วสี" แปรเปลี่ยนมวลธาตุทั้ง ๔ และสรรพสิ่ง ให้เห็นจริงตามสิ่งที่เป็นจริง คือสิ่งทั้งหลายล้วนเป็นสมมุตินั้นเอง โยคาวจรผู้มุ่งสู่พระนิพพาน จึงมิอาจก้าวข้ามการปฏิบัติกสิณไปได้ไม่ว่าด้วยประการใดๆ

การปฏิบัติกสิณ สิ่งแรกที่เป็นปัญหาสำหรับผู้ที่ได้ "ดวงกสิณ" อันเป็นลักษณะดวงสว่าง (ดังได้อธิบายไปก่อนหน้านั้นแล้ว) ก็ไม่ทราบว่าจะไปตั้งไว้ ณ ตำแหน่งใด และจะใช้แสงแห่งดวงกสิณนั้นร่วมกับภาพ (นิมิต) ได้อย่างไร นี้คือสิ่งที่ยุคปัจจุบันไม่อาจบอกได้ จึงทำให้ในที่สุดก็เขียนตำราธรรมะเสียใหม่ เป็นว่า "กสิณ ไม่ควรทำ ไม่ใช่ทางพุทธศาสนา เป็นเรื่องของลัทธิโยคี...(เพราะตัวเองมันทำไม่ได้)" จึงทำให้สาธุชนผู้ใฝ่ปฏิบัติ ไม่อาจก้าวหน้า มีแต่คว้าน้ำเหลว ตลอดมา

เมื่อเริ่มแรกอันโยคาวจร ปรารถนาสิ่งใด ก็พึงกำหนดภาพนั้นขึ้นไว้ตรงหน้า ดั่งพุทธพจน์กำหนดไว้ว่า "**ปริมุขํ สตึ อุปฏฺฐเปตวฺา...ฯ** ความว่า ให้พึงระลึกอารมณ์แห่งปีติ + ภาพอันปรารถนาไว้ตรงหน้า (อารมณ์+ภาพ=นิมิต) ให้พึงมองจดจ่อ (แต่ไม่ใช่เพ่ง=นี้คือ ฉันทะ องค์แห่งอิทธิบาท) มองลึกเข้าไปในนิมิตนั้นอย่างสบาย ๆ เหมือนทอดสายตามองท้องทะเลอันกว้างใหญ่ ในพฤตินี้มีองค์ประกอบ ๒ ส่วนคือ

๑. ควบคุมนิมิตด้วยการปริกมฺ และ ภาวนา

๒. ระลึกรู้อารมณ์ (ปีติ) ที่ได้ปฏิบัติได้มา นำมาประกอบกับนิมิตนั้น ภาพหรือนิมิตนั้นจะถูกกำหนดวงไว้ "ภายในดวงสว่างของกสิณ" ไม่ล้นออกมา

จากนั้นจึงเลื่อนนิมิตพร้อมกับดวงกสิณนั้น ตามอัสสาสะ (ลมหาใจเข้า) ลงไปยังนิยมะปถวีธาตุ เป็นเบื้องต้น

โยคาวจรผู้สามารถนำ "สติ+นิมิต" ณ นิยมะปถวีธาตุได้ทุกครั้งตามปรารถนา ในทุกอริยาบทไม่ว่า ยืน เดิน นั่ง นอน หกคะเมน ตีลังกา สารพัด นิมิตนั้นก็ไม่หาย ไม่ว่าลืมตาหรือหลับตา ลักษณะแห่งพฤตินี้ จัดได้ว่า โยคาวจรผู้นั้นได้บรรลุ ปถมบาทแห่งรูปาวจรฌานแล้ว คือ "**บรรลุปฐมฌาน**" เรียกตามภาษาปฏิบัติว่า "**ปฐมฌานลาภีบุคคล**" ฉะนี้แล ฯ

ดังที่ได้กล่าวมาข้างต้นแล้วนั้น ปฐมฌานลาภีบุคคลจะเข้าฌานสมาบัติก็ดี หรือจะเจริญสมถภาวนาต่อเพื่อให้ได้ทุติยฌานก็ดี จะต้องมีวสี (ความชำนาญ) ในปฐมฌานนั้นเสียก่อน ดังได้อธิบายบางส่วนไว้ก่อนหน้านี้ คือ ต้องเชี่ยวชาญในการนำสติ+นิมิต มาตั้งยังนิยะมะปฐวีธาตุ (ปฐมฌาน) จนชำนาญ ให้มีความคล่องแคล่วว่องไว ตามใจปรารถนา ทั้ง ๕ ระดับเสียก่อน

สิ่งใดอันประเสริฐเลิศแล้วแห่งมวลมนุษย์ ขอจงปรากฏแด่สาธุชน ผู้มีดวงใจบริสุทธิปฏิบัติด้วยกุศลศรัทธา ปวงเทพยดาจงมาร่วมอำนวยอวยชัย ให้แด่ท่านทั้งหลายสมปรารถนาดั่งอธิษฐานถ้วนทั่วกัน ทุกท่านเทอญ ฯ ....เจริญพร

ด้วยพลังแห่งพุทธานุภาพ จงสถิตย์อยู่ในใจของสาธุชนผู้ใฝ่ในกุศลทุกท่าน ได้สามารถเข้าใจ ในหัวข้อธรรมแห่งสติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค อันจะได้บรรยายต่อไปนี้อย่างถ่องแท้ แจ้งชัด ไม่ติดขัด เพื่อเป็นแนวทางไขปัญหา ข้อติดขัดในการปฏิบัติ อันจะเป็นอุปการะสืบต่อพระพุทธศาสนาให้สถาพร คงอยู่คู่กับผืนแผ่นดินไทย เป็นมรดกแก่ลูกหลานไทยสืบไป เทอญ

สาธุชนผู้ใฝ่ปฏิบัติชอบ พึงเข้าใจให้กระจ่างว่า "นิมิต" คืออะไรเสียก่อน คำจำกัดความทางปฏิบัติให้เข้าใจง่ายๆ สำหรับคำว่า "นิมิต" คือ การระลึกอารมณ์= ปิติ + ภาพประสงค์ + ลมหาใจ=นิมิต และการกำหนดให้นิมิตนั้นไว้บนดวงสว่างแห่งกสิณ โดยไม่ล้ำออกนอกขอบดวงกสิณ นิมิตนั้นต้องชัดเจนไม่หวั่นไหว ไม่ว่าอยู่ในอารมณ์ กริยา

หรือพฤติกรรม เวลา สถานที่ใดๆ นิมิตนั้นก็ไม่แปรเปลี่ยนไป พฤติที่เกิดขึ้นนี้เรียกว่า "ความแนบแน่นแห่งนิมิต" อันมีศัพท์เป็นบาลี เรียกว่า "อัปปนา"

ความหมายของคำว่า "**อัปปนา**" หมายถึง **ความแนบแน่นอยู่ในนิมิตอารมณ์เดียวโดยเฉพาะ** (อารมณ์นี้รับรู้ด้วยจิตภายในของกายในกาย จึงเรียกว่า จิตในจิต) ผลของอัป-ปนาสมาธินี้มีอานุภาพมาก โยคาวจรผู้เดินบนเส้นทางสติปัฏฐาน - ปฏิสัมภิทามรรค จะต้องฝึกฝนเพื่อให้เกิดสมาธิพละ นำไปใช้ในการตัดกิเลส ตัณหา อาสวะ อนุสัย (ตัดนาม) อัปปนาโดยศัพท์แล้ว แปลว่า "**ทำลายให้สิ้นไป**" อัปปนาวิถี (ทางปฏิบัติอัปปนาสมาธิ) จะต้องใช้กายในกายเท่านั้น (จึงเรียกว่า ภาวนา ด้วยเหตุนี้ จึงเป็นมหากุศลเพราะต้องสำเร็จด้วยใจแท้ ๆ) การที่ต้องปฏิบัติด้วยกายในกาย (มโน=ใจ) เท่านั้น จึงมีพุทธพจน์กำหนดชัดว่า "อัปปนาจัดเกิดได้ก็ใน มโนทวารวิถีเท่านั้น"

โยคาวจรผู้ที่จะเข้าสู่อัปปนาวิถีได้นั้น จะต้องผ่านการเข้าถึงกายในกายเสียก่อนตามขั้นตอน ที่ได้กล่าวมาในเบื้องต้นแต่แรกนั้น หากกล่าวตามภาษาอภิธรรม ก็ต้องกล่าวว่า อัปปนาวิถีจักไม่เกิดขึ้นในปัญจทวารวิถี คือ ไม่ว่ากายนอก (ปัญจทวารวิถี) จะมีวิธีการปฏิบัติอย่างไร เช่น เขย่งขโยก ยุบหนอพองหนอ พุทโธ่ หรือ โบกไม้โบกมือเป็นยามเฝ้ารถ รูดกระดูก ทำขลังนั่งส่องตะวันจนตาป่วย หรืออีกร้อยล้านชนิด ก็ไม่สามารถเข้าถึงอัปนาสมาธิได้ หากเข้าไม่ถึงกายในกาย ดังพุทธพจน์ปรากฏชัดเจนว่า "**เอกายโน อยำ ภิกฺขเว มคฺโค ...ฯ** ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย กายในกายหนึ่งเดียวนี้ จักเป็นหนทางเดียวเท่านั้น.."

ก็แล เมื่อโยคาวจรเข้าถึงกายในกายแล้ว พึงกำหนดกายในกายเข้าสู่ กายปัสสัทธิ แลระลึกอารมณ์นิมิตแห่งกสิณ ดังได้กล่าวไปแล้วน้น เพื่อนำเข้าสู่อัปปนาวิถี พร้อมกำหนดระลึกรู้อารมณ์แห่งอัปปนาที่เกิดขึ้นใหม่นั้นไว้ "ว่าอยู่ในลักษณะใด วาระใด คือในขณะเป็นอุปาทะ ฐีติ หรือ ภังคะ แม้กายนอก (ร่างกายของเรา) จะเปลี่ยนอริยาบทไป เช่น ยืน เดิน นั่ง นอน ฯลฯ นิมิต+อารมณ์ที่เกิดขึ้นแล้วนั้น ก็ยังแจ่มชัดไม่หายไป โยคา-วจรพึงรักษาอารมณ์แห่งอัปปนาที่เกิดขึ้นนั้น ไว้อย่างระมัดระวัง ดุจมารดาผู้รักษาครรภ์ดุจดั่งประคองบาตรอันเปี่ยมด้วยน้ำเต็มจรดขอบ ฉันนั้น

และพร้อมนั้นโยคาวจรจะต้องระลึกได้ว่า ได้เกิดอัปปนาขึ้นในวาระใด ก็สามารถระลึกอารมณ์วาระนั้นได้ (อุปาทะ ฐิติ ภังคะ) อย่างไม่สับสนฟั่นเฝือ นี้ เรียกว่า "อารมณ์

ที่แนบแน่นอยู่ในสภาวะจิตเดียว และสภาวะจิตนี้ เป็นจิตของกายในกาย (จิต ทำหน้าที่รับรู้อารมณ์ แต่ไม่ใช่ระลึกอารมณ์ การระลึกอารมณ์เป็นหน้าที่ของสติ) ดังนั้น จึงเรียกว่า **จิตในจิต** ตามปรากฏในสติปัฏฐานข้อที่ ๓ ซึ่งโยคาวจรผู้ปฏิบัติมาถึงขั้นนี้จึงเรียกว่าเข้าสู่ "ขั้นจิตในจิต" คือ จิตที่อยู่ภายในของกายในกาย

สภาวะแห่ง**อัปนาจิต** อันเกิดจากการรับรู้ (จิต) ของกายในกาย คือ **จิตในจิต** จะมีจิตที่ทำหน้าที่รับรู้ทั้งหมด ๖๗ ดวง คือ **มหคจิต ๒๗ โลกุตรจิต ๔๐**

ส่วน**อัปปนาวิถี** คือ วิถีจิตที่มีอัปนาอยู่ในวิถีนั้น ได้แก่ จิต ๕๘ ดวง คือ **มหัคคตกุศลจิต ๙ มหัคคตกิริยาจิต ๙ โลกุตรจิต ๔๐**

สำหรับ **อัปปนาชวนะ** คือ ชวนจิตที่แนบแน่นอยู่ในอารมณ์แห่งนิมิตเดียวนั้นโดยเฉพาะ ไม่แปรเปลี่ยน คือ จิต ๔๘ เหมือนกันกับอัปปนาวิถีจิตนั่นเอง อัปปนาวิถี หรือ อัปปมาชวนะ จะเกิดได้โดยทางมโนทวารวิถีเท่านั้น จะไม่เกิดขึ้นทางปัญจทวารวิถีเลย

อัปปนาวิถี เป็นมโนทวารวิถีก็จริง แต่ไม่จำแนกเป็นวิภูตารมย์วิถี และ/หรือ อวิภูตารมย์วิถี เหมือนอย่างมโมทวารกามวิถี เพราะอัปปนาวิถีมีแต่ วิภูตารมย์อย่างเดียว ด้วยเหตุว่า ถ้าอารมณ์ + นิมิตไม่ชัดเจนแจ่มแจ้งจริงๆ แล้ว อัปปนาชวนะจะไม่เกิดขึ้นเลย จึงต้องอาศัยดวงสว่าง และ อารมณ์แห่งกสิณเท่านั้นเป็นเครื่องช่วยนำ (ปกรณ์) เพื่อให้เข้าสู่อัปปนาวิถีได้ = นี่คือเหตุใดโยคาวจรจึงต้องปฏิบัติกสิณร่วมอัปปนา (และนี่คือที่มาอันพุทธองค์ทรงยืนยันว่า ในกัมมัฏฐานทั้ง๔๐ มีเพียง**อาปานัสสติ** กับ **กสิณ** เท่านั้น ที่**เป็นเครื่องช่วยไปถึงพระนิพพาน**)

อัปปนาวิถี จำแนกได้เป็น ๒ เส้นทาง (นี่คือที่มาของ ทางแยกระหว่าง โลกิยะ กับ โลกุตระ อยู่ตรงนี้) คือ

๑. โลกิยอัปปนาวิถี หมายถึง ยังเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะสงสาร และ

๒. โลกุตรอัปปนาวิถี หมายถึง หลุดพ้นจากสภาพการเวียนว่ายตายเกิด อยู่เหนือกาลเวลา และมหาภูตรูป ๔ คือ พระนิพพาน

โลกิยอัปปนาจิต ได้แก่ มหัคคตจิต ๒๗ ดวง แต่โลกิยอัปปนาวิถี หรือ โลกิยอัปปนาชวนะ ได้แก่ มหัคคตชวจิต ๑๘ ดวง คือ มหัคคตกุศลจิต ๙ มหคตกิริยาจิต ๙ เท่านั้น ส่วน มหคตวิบากจิต อีก ๙ ดวงนั้น ไม่นับเป็นโลกิยะอัปปนาวิถี เพราะ เป็นจิตที่พ้นวิถี

(พ้นทวารด้วย) และไม่นับเป็นโลกิยะอัปปนาชยนะ เพราะไม่ได้ทำชวนกิจ(คือไม่บันทึกไว้ในสัญญา เพื่อสืบต่อในภพภูมิต่อไป)

โลกิยอัปปนาวิถีนี้ กล่าวอีกนัยหนึ่งก็คือ วิถีจิตที่โยคาวจรปฏิบัติจนระลึก (ปีติ = ปฐมฌาน)ได้ และสภาวะอันระลึกอารมณ์ปีติ (ปฐมฌาน) นั้นเป็นกุศลจิต อันจัดเป็น "วิบาก" ทำให้แสดงผลทันที เพราะเป็นสภาวะจิตที่พ้นวิถี อันที่เรียกทั่วไปว่า "อธิษฐาน" นั้นเอง

โยคาวจรผู้ที่ ระลึกอารมณ์แห่งปีติประกอบดวงกสิณ (ปฐมฌาน) เป็นครั้งแรก ก็ดี ได้ทุติยฌานเป็นครั้งแรกก็ดี หรือใช้อารมณ์แห่งกสิณ(เพิก) เข้าสู่เนวสัญญานาสัญญายตนฌานเป็นครั้งแรกก็ดี รวมความหมายว่า โยคาวจรผู้แรกได้ฌานชั้นนั้น ๆ วิถีจิตที่ฌานจิตนั้น ๆ ชื่อที่เรียกวิถีจิตนั้นคือ "**อาทิกัมมิกกฌานวิถี**"

อาทิกัมมิกฌานวิถี คือ **วิถีจิตที่ฌานจิตนั้น ๆ เกิดขึ้นเป็นครั้งแรก** เพียงขณะจิตเดียว หรือ ดวงเดียวเท่านั้น ต่อเมื่อมีวสี คือความชำนาญแล้ว จึงสามารถทำให้เกิดขึ้นได้หลายขณะ และนี่คือเหตุผลว่า ทำไมโยคาวจรทั้งหลายจึงต้องปฏิบัติวสี ๕ ดังได้กล่าวไปแต่ต้นนั้น

คำว่า "โคตรภู (โคตรภูญาณ)" ในโลกิยอัปปนาวิถีนี้ หมายความว่า โยคาวจรผู้ถึงซึ่งโคตรภูญาณ ได้ตัดแล้วซึ่งโคตรแห่งมนุษยภูมิ กามมาวจรภูมิ (คือเหนือกว่ามนุษย์และเทพยดา) ไปเป็นสภาวะโคตรพรหม นับแต่นั้น แม้สิ้นอายุขัย ก็จักไม่กลับมาเกิดในกามาวจรภูมิ (มนุษยและเทวดา) อีกเลย ... นี้คือข้อรับรอง อันปรากฏในพระไตรปิฎก-บาลี สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค ว่า เหตุใดผู้ปฏิบัติสติปัฏฐาน จึงเหนือกว่ามนุษย์และเทวดา ทั้งยังสั่งสอนมนุษย์และเทวดาได้ ทั้งเมื่อละทิ้งกายสังขารแล้ว จึงไปเกิดเป็นพรหม ด้วยประการฉะนี้ ฯ

ด้วยพลานุภาพแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย จงดลบันดาลให้สาธุชนผู้มีใจใฝ่ในกุศลศรัทธาปฏิบัติ จงประสบแต่ความเจริญวัฒนา ในธุรกิจ ชีวิต หน้าที่การงาน สุขสำราญในสิ่งอันปรารถนาอธิษฐาน ผ่านพ้นอุปสรรค ภัย โรคาพยาธิทั้งหลาย ทุกสิ่งทุกประการ โดยพลันทุกท่านเทอญ ฯ ...เจริญพร

ต่อไป..จะได้กล่าวถึงอารมณ์แห่งกายในกาย ซึ่งเป็นอารมณ์ หรือ "เวทนา" ที่อยู่ภายใน เปรียบเสมือนความรู้สึกนึกคิดของคนขับรถ ซึ่งต่างจากเวทนาของกายนอก (กายสังขาร)ซึ่งเวทนาของกายในกายนั้น เรียกตามภาษาแห่งสติปัฏฐานว่า "เวทนาในเวทนา"

อารมณ์ต่าง ๆ ที่มาสู่มโนทวารวิถี (จิตของกายใน=กายในกาย) นั้น อารมณ์อันมาปรากฏโดยกายในกายโดยตรงโดยเฉพาะ อารมณ์ที่มาปรากฏทางกายในกายโดยตรงโดยเฉพาะนั้นมีเหตุ ๑๔ ประการ ดังปรากฏเป็นพุทธพจน์ทรงอธิบายขยายความไว้ดังนี้

ทิฏฺฐโต ทิฏฺฐสมฺพนฺธโต สุตโต สุตสมฺพนฺธโต สทฺธาย รุจิยา อาการปริวิตกฺเกน ทิฏฺฐินิชฺฌานขนฺติยา นานากมฺมพเลน นานาอิทฺธิพเลน ธาตุกฺโขภวเสน เทวโตปสัหารวเสน อนุโพธวเสน ปฏิเวธเสนาติ จุทฺทส หิการเณ หิ อารมฺมณธมฺมา สุทฺเธ มโนทฺวาเร อาปาตํ อาคจฺฉนฺติ ฯ

๑. ทิฏฺฐโต ด้วยอำนาจที่เคยเห็น เคยพบ อารมณ์ทั้ง ๖ มาแล้ว

๒. ทิฏฺฐสมฺพนฺธโต อารมณ์ทั้ง ๖ ที่กำลังปรากฏอยู่นั้น เหมือนกันกับที่เคยได้พบเคยเห็นมาแล้ว

๓. สุตโต ด้วยอำนาจที่ได้เคยฟัง เคยเรียนมาแล้ว ขณะที่กำลังฟัง กำลังเรียน กำลังอ่านอยู่

๔. สุตสมฺพนฺธโต อารมณ์ทั้ง ๖ ที่กำลังปรากฏอยู่นั้นเหมือนกับที่เคยได้ฟัง เคยเรียน เคยอ่าน ศึกษา ปฏิบัติมา(ทั้งในชาตินี้ และในอดีตชาติ)

๕. สทฺธาย ด้วยอำนาจแห่งความ เชื่อในคำพูดของผู้อื่น(ผลักดันให้เราตัดสินใจกระทำสิ่งนั้นๆ ซึ่งไม่ใช่เกิดขึ้นจากใจตนเอง)

๖. รุจิยา ด้วยอำนาจแห่งความ พอใจของตน

๗. อาการปริวิตกฺเกน ด้วยอำนาจแห่งความ นึกตรึกจากข้อมูลเดิมที่มีอยู่ โดยอาศัย เรื่องราว คำพูด เหตุผล

๘. ทิฏฺฐินิชฺฌานขนฺติยา ด้วยอำนาจแห่งการพิจารณาอารมณ์นั้น ด้วยความคิด, ลัทธิตน

๙. นานากมฺมพเลน ด้วยอำนาจแห่ง กรรมต่าง ๆ

๑๐. นานาอิทฺธิพเลน ด้วยอำนาจแห่ง อิทธิฤทธิต่าง ๆ (ที่พวกเราฝึกได้ตรงนี้ทันที)

๑๑. ธาตุกฺโขภวเสนด้วยอำนาจแห่ง ธาตุในร่างกาย วิปริตไป

๑๒. เทวโตปสำหารวเสน ด้วยอำนาจแห่ง เทวดามาดล

๑๓. อนุโพธว เสนด้วยอำนาจแห่ง มัคคญาณ ผลญาณ ทำให้เกิดวิชชา

๑๔. ปฏิเวธวเสน ด้วยอำนาจแห่ง ปัญญา ย่อมรู้แจ้งแทงตลอดในอริยสัจจ์ ๔

อารมณ์เหล่านี้ทำให้กายในกายเกิดเวทนาสัญญา คือ แยกว่าส่วนเหล่านั้นเป็นอารมณ์ชนิดใด เป็นสุข (สุขเวทนา) ก็จะสั่งจิตไปดำเนินการให้รูปกาย = กายนอก (อวัยวะ) เช่น ปากเคลื่อนไหวเป็นยิ้ม ฯลฯ เป็นต้น

ภาพที่ปุถุชนทั่วไปเห็น คือการร่าเริงยินดี ที่เราเรียกว่าพอใจ หากเป็นอารมณ์ที่เป็นทุกข์ (ทุกข์เวทนา) กายในกาย ก็จะสั่งให้จิตสั่งให้รูปกาย (กายนอก) แสดงอาการต่อต้านอย่างใดอย่างหนึ่ง เป็นต้น การพิจารณาตามสติ (ระลึกรู้อารมณ์) ของกายในรู้ภาวะแห่งพฤติเหล่านี้ เรียกว่า “การพิจารณาตามเห็นเวทนาในเวทนา” อันมีมาในมหาสติปัฏฐานสูตร การฝึกสติระลึกรู้อารมณ์นิมิตแต่เบื้องต้นนั้น จึงมีประโยชน์ด้วยประการฉะนี้ แล ฯ

ฉะนั้น ผู้ที่ไม่ได้ฝึก “ สติ ” อย่างถูกต้องมาแต่ต้น ย่อมมิอาจกำหนดระลึกรู้ และเท่าทันอารมณ์ที่เกิดขึ้น ไม่ว่าจะเป็นอารมณ์ที่เข้ามากระทบกายนอก (รูปกาย) อันเรียก-ว่า “ ปัญจทวาร ”(ตา หู จมูก ลิ้น กาย) หรือ อารมณ์อันเข้ามากระทบทาง “ มโนทวาร (ใจ)” ทั้งสิ้น เหมือนคนขับรถที่ไม่รู้จักสัญญาณจราจร ย่อมไม่อาจไปถึงจุดหมาย ไม่

เข้าใจไฟแดงไฟเขียว ป้ายห้ามจอด กฎข้อห้าม

ด้วยเหตุฉะนี้ จะกล่าวไปใยกับการบรรลุธรรมขั้นสูง ของผู้ไม่ได้ฝึกฝน “ สติ (ระลึกรู้อารมณ์) ” อย่างถูกวิธี หรือ ปฏิเสธพุทธพจน์ที่ทรงกำหนดวิธีฝึกสติแล้วไซร้ ภพชาติปัจจุบันนี้ของผู้หลงผิดเหล่านั้น ก็มีฐานะเป็น “ โมฆะบุรุษ ” โดยแท้

ด้วยพลังแห่งพุทธานุภาพอันหาที่เปรียบประมาณมิได้ จงดลบันดาลให้สาธุชนทั้งหลาย จงสมหวังสมปรารถนา ก้าวหน้าในการปฏิบัติ สิ่งใดอันอธิษฐานเป็นไปในทางกุศล จงสัมฤทธิ์ผลสมเจตนาโดยพลันทุกประการเทอญ ฯ เจริญพร

สาธุชนผู้ใฝ่ปฏิบัติชอบ ที่ได้ฝึก "กสิณ" ก็จะได้พบกับ "ดวงกสิณ" ซึ่งจะปรากฏเมื่อ "ใจ" ได้ยกขึ้นสู่วิถี ลักษณะแห่งแสงสว่างนี้ ทางปฏิบัติเรียกว่า "นิมิต" ซึ่งจะต้องนำเอาไปใช้ แต่ทั้งนี้ต้องพึงเข้าใจให้กระจ่างว่า "นิมิต" คืออะไรเสียก่อน คำจำกัดความทางปฏิบัติให้เข้าใจง่ายๆ สำหรับคำว่า "นิมิต" คือ การระลึกอารมณ์= ปีติ + ภาพประ-สงค์ + ลมหาใจ = นิมิต

มีพุทธพจน์ทรงตรัสถึงความสำคัญของนิมิต ปรากฏในพระไตรปิฎกบาลีว่า

...นิมิตฺตำ อสฺสาสาปสฺสาสา อนารมฺมณเมกจิตฺตสฺส

อชานโต จ ตโย ธมเม ภาวนา นุลพฺภติ ฯ

ผู้ไม่รู้นิมิต ไม่อาจควบคุมนิมิตไว้ได้ ย่อมไม่อาจแยกสภาวธรรมทั้งสาม (อุปาฐะ, ฐิติ , ภังคะ) ฌานย่อมไม่อยู่ในวิสัยจักเกิดขึ้นจากภาวนาของผู้นั้นได้ ฯ

นตฺถิ ฌานำ อปญฺญสฺส นตฺถิ ปญฺญา อฌายิโน

ยมหิ ฌานญฺจ ปญฺญาจ เสว นิพฺพานสนฺติเก ฯ

ฌานย่อมไม่มีแก่ผู้ไม่มีปัญญา ปัญญาย่อมไม่มีแก่ผู้ไม่มีฌาน ผู้ใดมีทั้งฌาน มีทั้งปัญญา ผู้นั้นย่อมอยู่ใกล้พระนิพพาน ฯ (ขุทกนิกาย๒๕/๒)

โยคาวจรต้องกำหนดให้นิมิตนั้นปรากฏเฉพาะแต่บนดวงสว่างแห่งกสิณ โดยไม่ล้ำออกนอกขอบดวงกสิณ และ นิมิตนั้นจะต้องชัดเจนไม่หวั่นไหว ไม่ว่าอยู่ในอารมณ์กริยา หรือพฤติกรรม เวลา สถานที่ใด ๆ นิมิตนั้นก็ไม่แปรเปลี่ยนไป พฤติที่เกิดขึ้นแห่งความแนบแน่นเป็นหนึ่งเดียวนี้ จึงเรียกว่า "**ความแนบแน่นแห่งนิมิต**" อันมีภาษาทางปฏิบัติ เรียกว่า "**อัปปนา**"

ความหมายของคำว่า "อัปปนา" หมายถึง ความแนบแน่นอยู่ในนิมิตอารมณ์เดียวโดยเฉพาะ (อารมณ์นี้รับรู้ด้วยจิตภายในของกายในกาย จึงเรียกว่า จิตในจิต) ผลของอัปปนาสมาธินี้มีอานุภาพมาก โยคาวจรผู้เดินบนเส้นทางสติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรคจะต้องฝึกฝนเพื่อให้เกิดสมาธิพละ นำไปใช้ในการตัดกิเลสตัณหาอาสวะอนุสัย (ตัดรูป-นาม)

อัปปนาโดยศัพท์แล้วแปลว่า "การกำจัด, ทำลายให้สิ้นไป" การกำจัดทำลายในที่นี้หมายความถึง “การกำจัดทำลายกิเลส ตัณหา อาสวะ อวิชชา อุปปาทาน อันเป็นรากเหง้าแห่งการเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะสงสารให้สิ้นไป

อัปปนาวิถี (ทางปฏิบัติอัปปนาสมาธิ) จะต้องใช้กายในกายเท่านั้น (จึงเรียกว่าภาวนา ด้วยเหตุนี้จึงเป็นมหากุศลเพราะต้องสำเร็จด้วยใจแท้ๆ) การที่ต้องปฏิบัติด้วยกายในกาย (มโน=ใจ) เท่านั้น จึงมีพุทธพจน์กำหนดชัดว่า "อัปปนาจักเกิดได้ก็ใน มโนทวารวิถีเท่านั้น

โยคาวจรผู้ที่จะเข้าสู่อัปปนาวิถีได้นั้น จะต้องผ่านการเข้าถึงกายในกายเสียก่อนตามขั้นตอนที่ได้กล่าวมาในเบื้องต้นแต่แรกนั้น หากกล่าวตามภาษาอภิธรรมก็ต้องกล่าวว่า อัปปนาวิถีจักไม่เกิดขึ้นในปัญจทวารวิถี คือ ไม่ว่ากายนอก (ปัญจทวารวิถี) จะมีวิธีการปฏิบัติอย่างไร เช่น เขย่งขโยก ยุบหนอพองหนอ พุทโธ่ หรือ โบกไม้โบกมือเป็นยามเฝ้ารถ รูดกระดูก ทำขลังนั่งส่องตะวันจนตาป่วย หรืออีกร้อยล้านชนิด ก็ไม่สามารถเข้าถึงอัปนาสมาธิได้ หากเข้าไม่ถึงกายในกาย ดังพุทธพจน์ปรากฏชัดเจนว่า "เอกายโน

อยं ภิกฺขเว มคฺโค ...ฯ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย กายในกายหนึ่งเดียวนี้จักเป็นหนทางเดียวเท่านั้น.."

ก็แล เมื่อโยคาวจรเข้าถึงกายในกายแล้ว พึงกำหนดกายในกายเข้าสู่กายปัสสัทธิ แลระลึกอารมณ์นิมิตแห่งกสิณ ดังได้กล่าวไปแล้วน้น เพื่อนำเข้าสู่อัปปนาวิถี พร้อมกำหนดระลึกรู้อารมณ์แห่งอัปปนาที่เกิดขึ้นใหม่นั้นไว้ "ว่าอยู่ในลักษณะใด วาระใด" คือ ในขณะเป็นอุปาทะ ฐีติ หรือ ภังคะ แม้กายนอก (ร่างกายของเรา) จะเปลี่ยนอริยาบทไป เช่นยืน เดิน นั่ง นอน ฯลฯ นิมิต + อารมณ์ที่เกิดขึ้นแล้วนั้น ก็ยังแจ่มชัดไม่หายไป โยคาวจรพึงรักษาอารมณ์แห่งอัปปนาที่เกิดขึ้นนั้นไว้อย่างระมัดระวัง ดุจมารดาผู้รักษาครรภ์ ดุจดั่งประคองบาตรอันเปี่ยมด้วยน้ำเต็มจรดขอบ ฉันนั้น

และพร้อมนั้น โยคาวจรจะต้องระลึกได้ว่า ได้เกิดอัปปนาขึ้นในวาระใด ก็สามารถระลึกอารมณ์วาระนั้นได้ (อุปาทะ ฐิติ ภังคะ) อย่างไม่สับสนฟั่นเฝือ นี้เรียกว่า "อารมณ์ที่แนบแน่นอยู่ในสภาวะจิตเดียว และสภาวะจิตนี้เป็นจิตของกายใน (จิตทำหน้าที่รับรู้อารมณ์ แต่ไม่ใช่ระลึกอารมณ์ การระลึกอารมณ์เป็นหน้าที่ของสติ)

ดังนั้น จึงเรียกว่า จิตในจิต ตามปรากฏในสติปัฏฐานข้อที่ ๓ ซึ่งโยคาวจรผู้ปฏิบัติมาถึงขั้นนี้จึงเรียกว่าเข้าสู่ "**ขั้นจิตในจิต**" คือ จิตที่อยู่ภายในของกายในกาย

สภาวะแห่งอัปนาจิต อันเกิดจากการรับรู้ (จิต) ของกายในกาย คือจิตในจิต จะมี**จิต**ที่ทำหน้าที่รับรู้ทั้งหมด **๖๗ ดวง** คือ มหคจิต ๒๗ โลกุตรจิต ๔๐

ส่วนอัปปนาวิถี คือ วิถีจิตที่มีอัปนาอยู่ในวิถีนั้น ได้แก่ **จิต ๕๘ ดวง** คือ มหัคคตกุศลจิต ๙ มหัคคตกิริยาจิต ๙ โลกุตรจิต ๔๐

สำหรับ อัปปนาชวนะ คือ ชวนจิตที่แนบแน่นอยู่ในอารมณ์แห่งนิมิตเดียวนั้นโดยเฉพาะ ไม่แปรเปลี่ยน คือ จิต ๕๘ เหมือนกันกับอัปปนาวิถีจิตนั่นเอง อัปปนาวิถี หรืออัปปมาชวนะ จะเกิดได้โดยทางมโนทวารวิถีเท่านั้น จะไม่เกิดขึ้นทางปัญจทวารวิถีเลย

อัปปนาวิถี เป็นมโนทวารวิถีก็จริง แต่ไม่จำแนกเป็นวิภูตารมย์วิถี และ/หรือ อวิภูตารมย์วิถี เหมือนอย่างมโมทวารกามวิถี เพราะอัปปนาวิถีมีแต่วิภูตารมย์อย่างเดียว ด้วยเหตุว่า ถ้าอารมณ์+นิมิตไม่ชัดเจนแจ่มแจ้งจริง ๆ แล้ว อัปปนาชวนะจะไม่เกิดขึ้นโดยสิ้นเชิง

จึงต้องอาศัยดวงสว่าง และ อารมณ์แห่งกสิณเท่านั้นเป็นเครื่องช่วยนำ (ปกรณ์)

เพื่อให้เข้าสู่อัปปนาวิถีได้=นี่คือเหตุใดโยคาวจรจึงต้องปฏิบัติกสิณร่วมอัปปนา (และนี่คือที่มาอันพุทธองค์ทรงยืนยันว่า ในกัมมัฏฐานทั้ง ๔๐ มีเพียงอาปานัสสติ กับ กสิณ เท่านั้นที่เป็นเครื่องช่วยไปถึงพระนิพพาน)

ด้วยอำนาจแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย อันมีพุทธคุณเป็นเบื้องต้น จงดลบันดาลให้สาธุชนผู้ใจเปี่ยมด้วยกุศล จงประสบผลสำเร็จในการปฏิบัติ ก้าวหน้าในกิจการ งาน ชีวิต ธุรกิจ และสิ่งอันปรารถนา ดั่งอธิษฐานจงทุกประการ เทอญ ฯ เจริญพร

“แสงสว่าง” ของกสิณมีไว้เพื่ออะไร ก็เพื่อไว้สำหรับใช้เปรียบเทียบกับ “แสงสว่างของปัญญา” เพราะเมื่อโยคาวจรบรรลุซึ่งอัปนาสมาธิ มีแสงสว่างอันเกิดแต่นิมิตกสิณ สัญญาย่อมจดจำบังคับแสงสว่างแห่งกสิณ ย่อมระลึกรู้อารมณ์แห่งแสงสว่างอันเกิดแต่อำนาจกสิณฌานสมาบัติได้ด้วยแรงวสี

แต่เมื่อโยคาวจรได้บรรลุถึงปัญญา ย่อมรับรู้โดยลักษณะแห่งแสงสว่างแห่งปัญญานั้นจะกลบแสงแห่งนิมิตกสิณโดยสิ้นเชิง เปรียบประดุจดั่งแสงตะวันที่ข่มแสงจันทร์ให้หายไปในยามอรุณรุ่งฉันนั้น ดังมีพระพุทธพจน์กล่าวถึงสภาพลักษณะ และความแตกต่างของแสงแห่งปัญญาไว้ดังนี้ ว่า

“ นตฺถิ ปญฺญา สมา อาภา แสงสว่างเสมอด้วยปัญญาไม่มี ”

เมื่อโยคาวจรบุคคลผู้เจริญกสิณจนได้ “ดวงกสิณ” ปรากฏแล้ว ก็ให้ประคองปฏิภาคนิมิต ที่ได้ด้วยอัปปนาภาวนาเช่นนั้น ลงไปทำ “ดวงอัปปมัญญา” ที่ใต้น้ำ โดย

บำเพ็ญเมตตาพรหมวิหารให้สมบูรณ์ ฝึกย่อ-ขยายดวงกสิณใต้น้ำ (ใช้ฐิติ=ระงับอัสสาสะ-ปัสสาสะ) พร้อมกับระลึกรู้อารมณ์แห่งมรณะสัญญา (อารมณ์ใกล้ตาย = มรณานุสติ) ไว้ อารมณ์อันเกิดขึ้นนี้เป็นองค์แรกแห่งพรหมวิหาร เรียกว่า ”เมตตา” อันเป็นการเจริญมรณานุสติได้ในวาระเดียวกัน

ลักษณะแห่งการเกิดขึ้นของเมตตา อันเป็นอารมณ์ที่เกิดขึ้นโดยกายในกาย (ใจ = เจตสิก) มีชื่อโดยสภาวธรรมว่า **อัปปมัญญาเจตสิก** ความรู้สึกของอารมณ์นี้ จะมาพร้อมกับแสงสว่างคล้ายแปลบปลาบ แต่สว่างจ้า ความรู้สึกจะคล้ายกับใกล้ตาย

สภาวะดังกล่าวนี้ ทำให้เกิดความรู้สึกถึงคุณค่าแห่งชีวิตของเรา และสรรพสัตว์น้อยใหญ่ทั้งหลาย ไม่ว่าจะเล็กขนาดมดแมงแมลงหนอน ก็ล้วนรักชีวิตของตน อารมณ์จึงระลึกรู้ถึงสภาวะความตายที่สัตว์ทั้งหลายล้วนรักชีวิตตน นี้คืออารมณ์แห่งเมตตา ซึ่งเกิดขึ้นพร้อมกัน ๓ อย่างในวาระเดียวกัน คือ **เมตตาพรหมวิหาร มรณานุสติ** และ **อัป-มัญญา** ซึ่งจะประกอบไปด้วยเจตสิกอีก ๒ ดวงคือ **กรุณา** และ **มุทิตา** อันเป็นองค์แห่งพรหมวิหาร ซึ่งจะไม่เกิดขึ้นในสภาวะปกติ แต่จะเกิดขึ้นในสภาวะเฉียดตายเท่านั้น

เมื่อโยคาวจรได้ถึงแล้วซึ่งอารมณ์ และดวงอัปปมัญญาที่ใต้น้ำนั้น ให้ประคองอารมณ์ และสภาวะนั้นขึ้นจากน้ำ มาปฏิบัติโพชฌงค์ โดยปฏิบัติตามวิถีแห่งอัปปมัญญา ๔ คือการแผ่ดวงอัปปมัญญา ๔ ประการ คือ แผ่เมตตา ๑ แผ่กรุณา ๑ แผ่อุเบกขา ๑ ดวงแห่งอัปปมัญญานี้ จะแผ่แสงสว่างได้ไม่มีประมาณ สว่างยิ่งกว่าแสงแห่งดวงกสิณ

โยคาวจรบุคคลผู้บรรลุพรมหมวิหาร นับแต่ขั้นเมตตา กรุณา อุเบกขา เมื่อสุดวิถีแห่งอุเบกขา จะเกิดดวงแสงสว่างขึ้นเจิดจ้ากว่าดวงที่ได้ผ่านมา จึงได้ชื่อว่า **ดวงอุเบกฺขาอปฺปมญฺญา** และอารมณ์อันเกิด ณ ตรงนี้เป็นอารมณ์แห่งฌานที่ ๕ (ปัญจมฌาน)

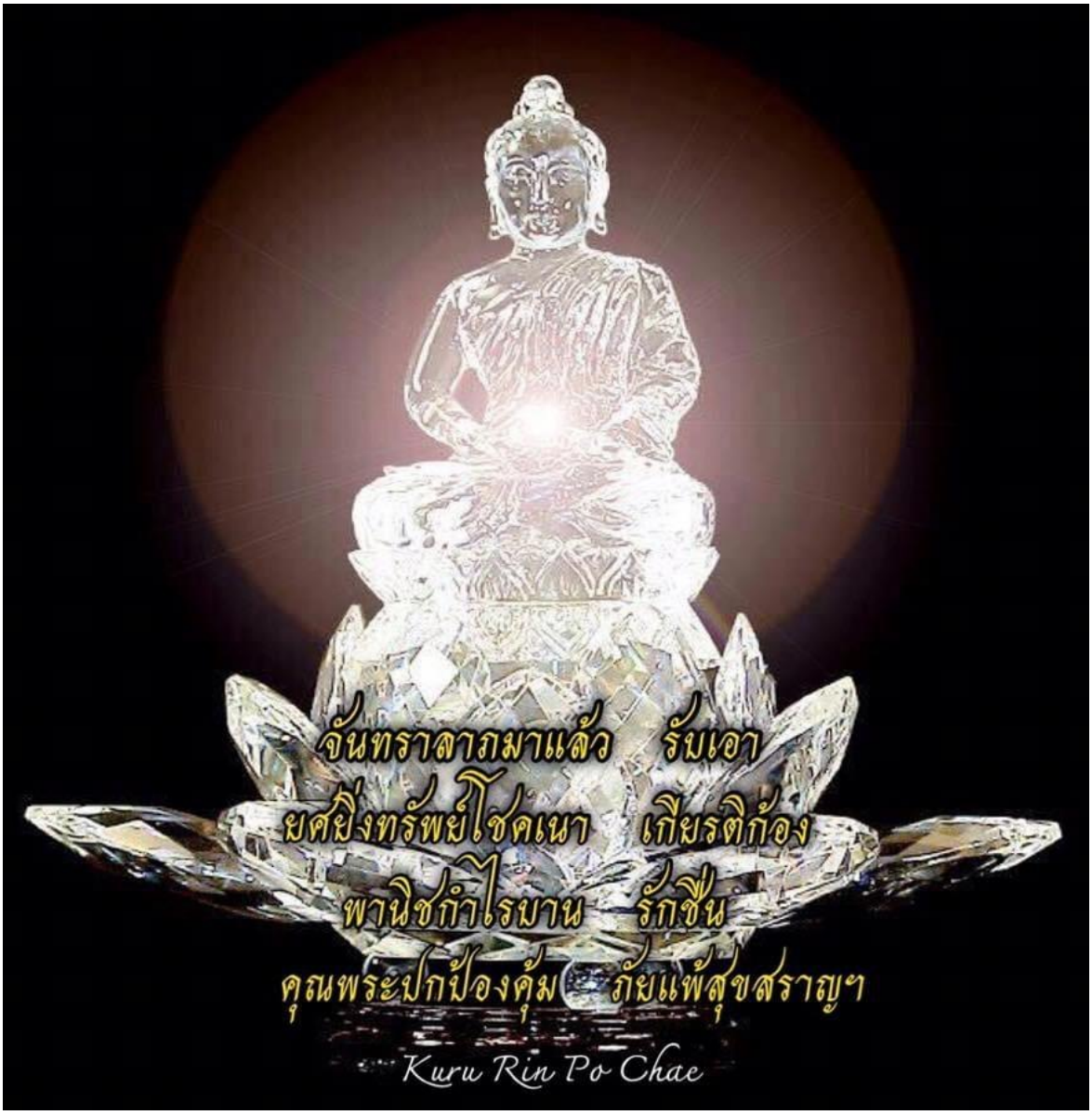
อันเป็นการต่อยอด จากจตุถฌาน ๔ ของพรหมวิหาร-มรณานุสติ เรียกว่า **อุเบกฺขาอปฺปมัญญาฌาน** จึงต้องเข้าฌานนี้ (สมาธิใต้น้ำ) ซึ่งเป็นส่วนของพรหมวิหาร และนำอารมณ์แห่งปัญจมฌาน

คือ อุเบกขาอัปปมัญญาฌาน ขึ้นมาปฏิบัติอัปนาสมาธิ ใช้อารมณ์วิวัฏนา (เพิก) ก้าวสู่อากาสานัญจายนญาน ต่อไป ซึ่งดวงอุเบกขาอัปปมัญญา จะสว่างสุกใสยิ่งกว่าดวงอัปปมัญญาทั้ง ๔ ซึ่งจะใช้เทียบกับแสงสว่าง ที่สว่างกว่า โยคาวจรนั้นก็จะรู้ได้ว่าตนได้เข้าถึง "ดวงปัญญา" ดังพุทธพจน์ที่ตรัสชี้ทางไว้ว่า

"นัตถิ ปญฺญา สมาอาภา...แสงสว่างเสมอด้วยปัญญาไม่มี" ฉะนี้

(หมายเหตุ...สภาวะแห่งจตุถฌาน คือ พฤติแห่งการระงับอัสสาสะ-ปัสสาสะ หรือที่เรารู้จักกันในนามของ "ทรงลม, ตั้งลม" ณ นิยะมะฐานธาตุอันประสงค์ เพื่อสัมปยุตธาตุ = เข้าถึงการควบคุมสมมุติ ว่า สิ่งทั้งหลายล้วนเกิดแต่มหาภูตรูป ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม...โยคาวจรจึงต้องฝึกสมมุติสัมปยุตธาตุ แปรเปลี่ยนสิ่งทั้งหลายด้วยอำนาจแห่งสมาธิ พละ..เพื่อเห็นจริงตามสิ่งที่เป็นจริง ในสภาวธรรมทั้ง ๓ นั้นเอง

ด้วยอำนาจแห่งพุทธานุภาพ อันเป็นอจลนุภาเวนะ คืออานุภาพอันไม่มีวันเสื่อมสูญ และเหนือพลังอื่นใด จงดลบันดาลให้ความสมปรารถนา ในบรรดาสิ่งอธิษฐานอันเป็นกุศล ทั้งเพื่อตน ครอบครัว ธุรกิจ ชีวิต การงาน สมบัติ เคหสถาน จงสำเร็จทุกประการโดยพลันทุกท่านเทอญ ฯ เจริญพร



กถญฺจสฺสา สมาปชฺชนำ โหติ ฯ = จะอธิษฐานเข้านิโรธสมาบัติได้อย่างไร ?

เมื่อโยคาวจรผู้สามารถเข้าสู่ฌานด้วยอำนาจแห่งสมถะ ยัง “เนวสัญญานาสัญญายตน” ให้ด้วบ อาการดับแห่งเนวสัญญานาสัญญายตน นั่นแหละ เรียกว่า “การเข้านิโรธ” อันย่อมเป็นไปด้วยอาการดั่งนี้

เพราะโยคาวจรผู้ใดขวนขวายด้วยสามารถแห่งสมถะเท่านั้น โยคาวจรผู้นั้นย่อมสามารถบรรลุเนวสัญญานาสัญญายตนสมาบัติแล้ว “ตั้งอยู่ (ทรงไว้ = พฤติแห่งการที่ฝึกตั้งลม ได้นำมาใช้ถึงตรงนี้)” นั้นเรียกว่า “นิโรธ” คือ เสวยอารมณ์แห่งสภาวการณ์กำจัด, ทำลาย กิเลส ตัณหา อาสวะ อวิชชา อุปปาทาน ซึ่งจะเป็นไปเฉพาะก็ในขณะนิโรธเท่านั้น

(ดังนั้น การแปลศัพท์คำว่า นิโรธ แปลว่า ดับ นั้นจึงผิดเพี้ยนจากสภาวธรรมที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติจริง เพราะไปแปลความหมายตรงส่วนของ การยังเนวสัญญานาสัญญายตนให้ดับ นั่นเอง) ผู้นั้นย่อมเข้าถึงนิโรธสมาบัติ

คำถาม :: “ จะทำนิโรธสมาบัติได้อย่างไร ?”

คำตอบ :: มีวิธี ดังนี้

“.... ภิกษุในศาสนานี้ประสงค์จะเข้านิโรธ ให้พึงกระทำดั่งนี้ คือ เมื่อฉันอาหารเสร็จแล้ว ให้ล้างมือล้างเท้า นั่งขัดสมาธิบนอาสนะที่จัดไว้ ทำใจให้สงัด

ภิกษุนั้นพึงระลึกอารมณ์แห่งปฐมฌาน แล้วใช้อารมณ์กสิณเพิกออก เพื่ออธิษฐาน พิจารณาเห็นแจ้งในสังขารทั้งหลาย เป็นลำดับไปโดยวสี โดยกระทำตามกิจ (ขั้นตอน) ๔ แห่งนิโรธ คือ นานาพัทธอวิโกปนะ ๑ สังฆปฏิมาน ๑ สัตถุปักโกสนะ ๑ อัธธานปริเฉทะ ๑

ขั้นที่ ๑ นานาพทฺธอวิโกปนำ คือ ต้องอธิษฐานไม่ให้ของๆ ตนสูญหาย ด้วยวิธีดั่งนี้

ให้นำของใช้ของตน เช่น อัฏฐบริจาร เช่น จีวร บาตร บริขาร มาวางไว้แล้วอธิษฐาน โดยวิธีแห่งวสี ว่า "ภายใน ๗ วันนี้ ขอสิ่งของอย่างนี้ ๆ ต้องออกชื่อของทุกชิ้นที่วางด้วย จงอย่าได้สูญหายโดยโจรภัย หรือใดใดเลย" ก็แล การอธิษฐานนี้พึงให้ทำขณะเจตสิก (ใจ=กายใน) เข้าสู่สมาบัติ นี้จึงเรียกว่า "**นานาพทฺธอวิโกปนำ**" เมื่อทำสำเร็จแล้วจึงก้าวสู่ขั้นที่ ๒ ต่อไป

ขั้นที่ ๒ สงฺฆปฏิมานนำ ไม่ร่วม หรือทำสังฆกรรมใด ๆ จนกว่าภิกษุ (ระบุนาม) มาเรียก เท่านั้น วิธีทำคือ

ให้อธิษฐานดั่งได้อธิบายแล้วว่า ภายใน ๗ วันจึงจะออกจากนิโรธ โดยมีภิกษุผู้ที่ระบุนามดั่งอธิษฐานไว้มาเรียกเท่านั้น (ให้อธิษฐานขณะเข้าสมาบัติ) โดยใช้อารมณ์แห่งฌาน ระลึกถึงภิกษุนามที่อธิษฐาน จนเห็นภาพภิกษุนั้นก่อน จากนั้นจึงเข้าสู่นิโรธ (จะเห็นได้ว่า "**การกำหนดภาพ**" สำคัญมาก เพราะต้องนำมาใช้ตรงนี้) หากแม้ภิกษุผู้นั้นมาจริง แต่ไม่มาเรียก หรือเป็นผู้อื่นมาเรียกก็จะไม่ออกจากนิโรธ นี้ จึงเรียกว่า "**สงฺฆปฏิมานนำ**" เมื่อทำสำเร็จแล้วจึงก้าวสู่ขั้นที่ ๓ ต่อไป

ขั้นที่ ๓ สตฺถุปกฺโกสนำ จะออกจากนิโรธ พระพุทธเจ้าถามหา หรือ เมื่อได้รับกระแสพุทธานุภาพ นี้จึงเรียกว่า "**สตฺถุปกฺโกสนำ**" เมื่อทำสำเร็จแล้วจึงก้าวสู่ขั้นที่ ๔ อันเป็นขั้นสุดท้ายต่อไป

ขั้นที่ ๔ อธฺธานปริเฉทำ กำหนดอายุการดำรงอยู่ หรือ กำหนดเวลาตายของตน (ปลงอายุสังขาร) การอธิษฐานกำหนดอายุการดำรงอยู่นี้ ให้ใช้อธิษฐานโดย "สภาวะแห่งการตั้งอยู่ (ตั้งลม) ในขณะเข้าสมาบัติ พระบาลีมีปุจฉาวิสัชนาไว้ว่า "กถำ ฐานำ = จะตั้งอยู่ได้อย่างไร?" มีวิสัชนาว่า "การตั้งอยู่ได้ โดยอาศัยการกำหนดกาลแห่งสมาบัติ ที่ได้เข้าถึงพร้อมแล้วอย่างนี้ และด้วยความไม่มีอายุขัย (นี่คือสภาวะแห่ง อกาลิโก คืออยู่เหนือกฎเกณฑ์แห่งกาลเวลา)"

เรื่องนี้มีปรากฏในพระไตรปิฎก กรณีพระเรวตะเข้าฌานสมาบัติก่อนพระพุทธเจ้าปรินิพาน เวลาผ่านไปถึง ๒๐๐ปี เมื่อจะทำสังคายนาจึงมีพระสงฆ์ไปเรียกให้ออกจากสมาบัติ และ อีกเรื่องหนึ่งปรากฏในพระวินัยหมวดทุกกฎ อันพุทธองค์ทรงบัญญัติไว้ว่า “ภิกษุใดรู้อยู่ว่ามรณะกาลมาถึง (ความตายมาถึงตัว) เข้าฌานสมาบัติ เพื่อให้มรณกาลผ่านพ้นไป ต้องอาบัติทุกกฎ..”

ในส่วนของกำหนดปลงอายุสังขาร คือกำหนดเวลาตายของตนนั้น ปรากฏอยู่ในการปลงสังขารของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่ตรัสแก่พระอานนท์ ว่าจะทรงปรินิพพานเมื่อใด ณ เมืองใด (รายละเอียดในพุทธประวัติ) นี้จึงเรียกว่า “**อธิฐานปริเฉท**”

หมายเหตุ ::: การเข้านิโรธนี้จักกระทำได้ ก็โดยผู้ที่เป็นอุปสัมบัน (คือภิกษุเท่านั้น) และเหตุใดผู้ที่จะบรรลุนิพพานได้จะต้องบวชถือเพศเป็นภิกษุเท่านั้น ก็คือ ต้องเข้าสู่นิโรธ กำจัด ตัด ทำลาย กิเลส ตัณหา อาสวะ อวิชาอุปาทานอันเป็นตัวทำให้เกิดภพชาตินั้นให้สิ้นไป นี่คือความแตกต่างระหว่างอนุสัมบัน (ฆาราวาส) กับ อุปสัมบัน (ภิกษุ) ว่าเหตุใดจึงมีข้อห้ามมิให้สอน หรือแสดงธรรมบางประการแก่ฆาราวาส ก็ด้วยองค์ธรรมและการปฏิบัติต่างกัน ด้วยประการฉะนี้ ฯ

คนตาย กับ การเข้านิโรธสมาบัติ ต่างกันอย่างไร ? พระพุทธองค์ทรงมีวิสัชนา ดั่งพุทธพจน์ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎกบาลี ม.มู.๑๒/๕๑๒ ความว่า

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย กายสังขารของผู้ที่ตายแล้ว มรณะแล้ว ดับ สงบ วจีสังขาร จิตตสังขารดับสงบ อายุย่อมสิ้นไป ไออุ่นสงบไป อินทรีย์ทำลายไป

แต่ กายสังขารของภิกษุ ผู้เข้าสัญญาเวทนิโรธ ก็ดับสงบดุจเดียวกัน วจีสังขาร จิตตสังขารก็ดับสงบ แต่อายุนั้นยังไม่สิ้นไป ไออุ่นยังไม่สงบ อินทรีย์ยังไม่ทำลาย..” = คนตายกับผู้ที่เข้านิโรธสมาบัติต่างกันตรงนี้

มี**คำถาม**ว่า “นิโรธสมาปตฺติ กึ สงฺขตา อสงฺขตา = นิโรธเป็นสังขตธรรม หรืออสังขตธรรม?”

พระพุทธองค์ทรงตรัสตอบว่า “ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ไม่ควรกล่าวว่า เป็นสังขตะบ้าง อสังขตะบ้าง เป็นเป็นโลกุตรบ้าง โลกิยะบ้าง เพราะเหตุไร ? เพราะภิกษุผู้นั้นเข้าถึงนิโรธ ชื่อว่าเป็น ผู้เข้าถึงพร้อมแล้วด้วยอำนาจแห่งการเข้านิโรธสมาบัติ

ฉะนั้น ควรกล่าวว่า เป็นนิปผันนะ คือ สำเร็จแล้ว ไม่ควรกล่าวว่า เป็น อนิปผัน-

นะ คือ ยังไม่สำเร็จ

สมาบัติอันสงบแล้วชื่อว่านิโรธ อันเพราะอริยะเสพแล้วนี้ จึงได้ชื่อว่า “นิพพาน” ในทิฏฐธรรมด้วยประการฉะนี้.. ฯ (นิโรธสมาปัตติฌานนิเทศ)

ความแตกต่างระหว่างความรู้ – ปัญญา –ธรรมในธรรม

กายนอก มีขีดจำกัดอยู่แค่ความรู้เก่งแค่ไหน ถึงแม้จะเป็นอัจฉริยะอันดับหนึ่งของโลกก็ไม่พ้นสมมุติเพราะเกาะติดอยู่กับ สัญญา - เวทนา จึงเรียกว่า ความรู้ด้วยยังติดข้องอยู่ใน อวิชา ตัณหา อุปาทาน

กายในกาย มีความรอบรู้สูงสุดชนิดไร้ขีดจำกัด เพราะตัดสัญญา –เวทนาสิ้นหมด

ก็แลเมื่อโยคาวจร ได้ถึงแล้วซึ่งดวงแห่งอัปปมัญญาอันสว่างไสว แผ่ขยายไปอย่างไร้ขีดจำกัดนั้น เมื่อเธอได้พบกับแสงอันสว่างยิ่งไปกว่าแสงแห่งอัปปมัญญา พึงให้แน่ใจได้ว่า นั่นแหละคือแสงแห่ง “ดวงปัญญา” ดังพระพุทธองค์ได้ทรงตรัสไว้ให้เป็นเครื่องสังเกตเทียบเคียงว่า

“ นตฺถิ ปญฺญา สมา อาภา แสงสว่างเสมอด้วยปัญญาไม่มี ”

และด้วยแสงแห่งดวงปัญญา ย่อมส่องสว่างในทุกสรรพสิ่ง เห็นจริงตามสิ่งที่เป็น ท่านจึงเรียกไว้ชัดว่า “**ปัญญาวิมุติ”** คือ ปัญญาแห่งการหลุดพ้น จากต้นเหตุแห่ง อวิชา กิเลส อาสวะ อนุสัย อวิชชา ตัณหาอุปาทาน อันเป็นปัจจัยให้เกิดภพชาติจึงเรียกว่า รู้แจ้งเห็นจริง รู้แจ้งแทงตลอด เข้าสู่วาระแห่งการกำจัดสิ้นแห่งกิเลสอาสวะทั้งมวล สลัดเสียซึ่งภพชาติ ดังนั้น ปัญญาจึงมีได้เฉพาะก็แต่ในมโนทวารวิถี (กายในกาย) เท่านั้น

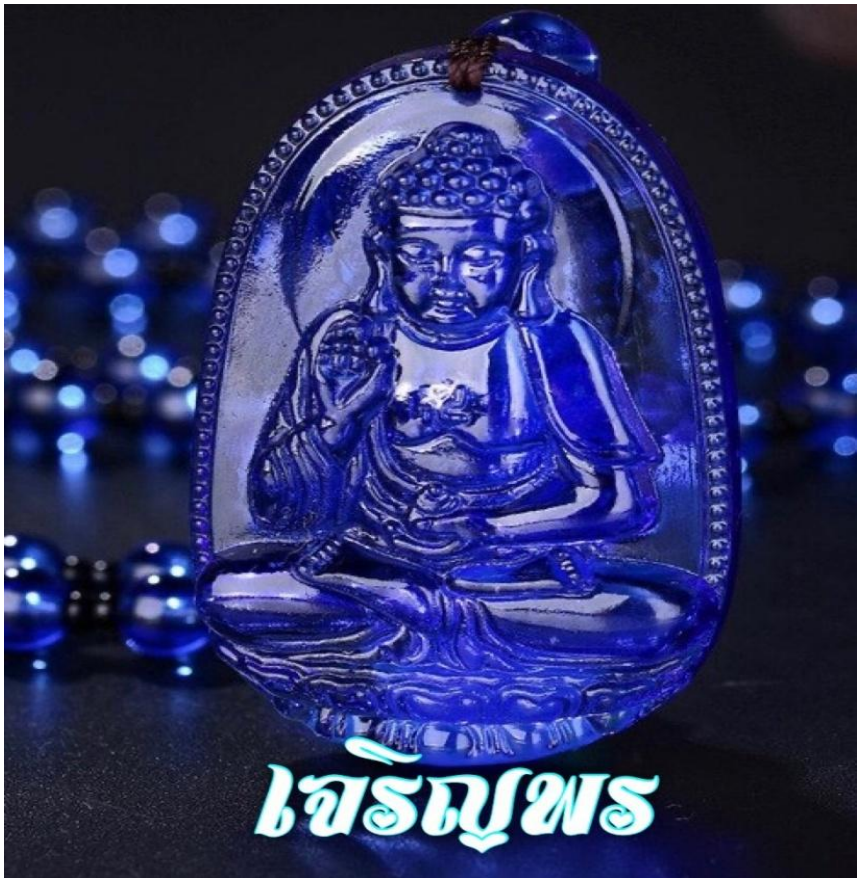
ฉะนั้น การบรรลุพระนิพพาน สภาวะที่กายในกายได้ใช้แสงแห่งปัญญา เพื่อพิจารณาสภาวะธรรม อันเป็นหน้าที่ของกายในกาย หรือมโนทวารวิถี ในวาระแห่งฐิติขณะเท่านั้น จึงเรียกว่า “**ธรรมในธรรม**” ดำเนินไปสู่ “**พระนิพพาน**” อันเป็นการสิ้นสุดแห่งกฎเกณฑ์ กาล (Time) เทศะ (Space) สมมุติบัญญัติ มหาภูตรูป ๔ คือธาตุ (Element) ทั้งปวง ฯ

พุทธศาสนิกชนทุกท่าน ย่อมได้ประจักษ์แล้วว่า ขั้นตอนการปฏิบัติบนเส้นทางพระอริยะนั้น ล้วนร้อยเรียงต่อเนื่องกันดุจดั่งห่วงโซ่ ต่างข้อต่างเรื่อง แต่มิได้แยกจากกัน ล้วนอาศัยความสำคัญซึ่งกันและกัน เป็นอุปการะ ส่งเสริม สนับสนุนในแต่ละส่วนอย่างเหมาะสม สอดคล้องกับสภาวะสถานะที่ต้องนำมาใช้

และนี่คือพุทธอัจฉริยภาพ ของพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า อันโยคาวจรได้เปล่งสัจจะวาจา อธิษฐานด้วยใจ มอบกายถวายชีวิตอัตภาพเป็นพุทธบูชา **ถึงพร้อมด้วยโอปกนุนสัทธา** มาแต่เบื้องต้นนั้น แล ฯ

ณ บัดนี้สาธุชนทั้งหลาย ก็ได้ก้าวสู่วรรคสุดท้าย แห่งธรรมะบรรยาย ในภาคพรรษานี้แล้ว ด้วยความเป็นผู้ใฝ่ในธรรมของท่านทั้งหลาย ที่ใส่ใจศึกษา และปฏิบัติในแนวทางหนึ่งเดียวแห่งการหลุดพ้นจากห้วงทุกข์ทั้งปวง เดินไปบนเส้นทางแห่งความสุขอันมีพระนิพพานเป็นบรมสุขคือเป้าหมาย ชีวิต ภพภูมินี้ของท่านทั้งหลายย่อมปราศจากความเศร้า ทุกข์โศก กังวล อันชนทั่วไปจะต้องรับ เพราะบุญกุศลที่ท่านได้ปฏิบัติสติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค ย่อมนำพาให้ท่านสมประสงค์ในสิ่งที่ปรารถนา ไม่ว่าจะเป็นในช่วงชีวิตนี้ หรือ ในภพหน้าไหน ๆ บุญที่ท่านได้สร้างไว้ จะติดตามส่งผลด้วยกุศลทุกชาติไป

ขออำนาจคุณพระศรีรัตนตรัย จงดลบันดาลให้ทุกท่านสมปรารถนาในสุข ทุกประการ ความไม่มี จงอย่าบังเกิดมี ขอให้สุขีมีทรัพย์ เป็นมหาเศรษฐี ถ้วนทั่วกันทุกท่านเทอญ ฯ.... เจริญพร



คำว่า "ดี" มาจากภาษาบาลีว่า "สุนฺทรีย" พระพุทธองค์ ไม่ได้ทรงสอนให้พุทธบริษัทแค่สร้างความ "สุนทรีย์" ให้กับใคร เพราะคำว่า"สุนทรีย์" มันอยู่แค่ความพึงพอใจ ใน "ปัญจทวารวิถี" ตาดู หูฟัง จมูกดมกลิ่น ลิ้นลิ้มรส กายสัมผัส นี่คือสิ่งที่อยู่ภายนอกที่จะรับเข้าไปเป็นอารมณ์ให้เกิดความพึงพอใจ ชอบใจ ซึ่งไม่ได้หมายถึงว่า สิ่งนั้นจะเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นโดย "กุศลมูลจิต" อาจจะมาจากจิตที่เป็นอกุศล เช่น โมหะมูลจิต หรือ โลภะมูลจิต ก็ได้

ด้วยเหตุนี้ "ดี" จึงเป็นแค่"ความพึงพอใจ" ไม่ใช่ความสุข ซึ่งเราจะหาความพอใจจาก ผับ บาร์ ยาเสพติด หรือ สิ่งประโลมโลกที่ไหนก็ได้ และไม่ต้องจำเป็นว่า สิ่งนั้นจะต้องมีประโยชน์เสียด้วยซ้ำ เพราะคำว่า "ดี" ต้องถามว่า "ดีสำหรับใคร" โจร ช่วยหาปืนมาให้โจรปล้น โจรที่หาปืนมา ก็ถือว่า "ทำดี" ให้โจรอีกคนหนึ่งพอใจ นี่คือสิ่งที่เห็นง่าย ๆ ของคำว่า "ดี"

ฉะนั้น แค่ทำความดี จึงสุดที่ กามวจรภูมิ คือ สูงสุดแค่เทวดา ซึ่งยังข้องอยู่ในกาม ยังเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏสงสาร มีรัก โลภ โกรธหลง มีอวิชา อุปาทาน (เทวดายังทำสงครามแย่งตำแหน่ง แย่งเหล้ากันกิน แย่งนางฟ้า มีภรรยา)

พุทธศาสนา จึงไม่ได้มีไว้สำหรับ "สร้างความสุนทรีย์ แต่ มีไว้สำหรับผู้ปรารถนาจะพบกับ "สุข" ตั้งแต่ระดับต่ำสุด ไปจนถึงสูงสุด คือบรมสุขอันได้แก่ "พระนิพพาน"

พระพุทธองค์ทรงสอนให้พุทธบริษัทสร้าง "บุญ" เพราะ "บุญ" สำเร็จด้วยการถึง

พร้อมด้วย กาย วาจา ใจ อันมี "กุศลจิต" เท่านั้นเป็นฐาน และมีพระนิพพาน เป็นที่สุด

ด้วยเหตุนี้ เราจึงได้ทราบกันอยู่เป็นปกติในหัวข้อธรรมทั้งหลายว่า " การถึงพร้อมด้วยกาย วาจา ใจ แม้เพียงชั่วหนึ่งขณะจิตเดียว นั้นมีอานิสงค์ยิ่งไปกว่า การสร้างเจดีย์ด้วยทองคำ สูงจากมนุษย์โลก ถึงพรหมโลก"

ทุกศาสนานั้น สอนให้ "คนเป็นคนดี" แต่ พุทธศาสนา ไม่ได้มีไว้สอน "คน" แต่มีไว้สอน "มนุษย์" เพราะ "คน" ไปนิพพานไม่ได้ แม้บวชเข้ามาในพุทธศาสนาก็ไม่ได้ผิดพุทธานุญาต เพราะ "คน" กับ "มนุษย์" นั้นต่างกันโดยสิ้นเชิง "คน"ทำได้แค่ "ดี" แต่ "มนุษย์" สูงเลยจากดี เพราะสามารถปฏิบัติตามพุทธวิถี บำเพ็ญ "บุญ" วิถีนี้ เรียกว่า "ปฏิสัมภิทามรรค" ตามที่พุทธองค์ทรงบัญญัติไว้ว่า ทางอื่นนอกเหนือจากนี้ไม่มีนั่นคือ "สติปัฏฐาน" อัน "คน" ทำไม่ได้ นอกจาก "มนุษย์" เท่านั้น

"คน" ภาษาบาลีเรียกว่า ทุรชน พวกนี้ไม่รู้บาปไม่รู้บุญ รู้แต่จะได้ ใครฉิบหายช่างมันให้กูได้ก็แล้วกันนี่คือ "คน" พระพุทธเจ้าจึงห้ามบวช และไม่เทศน์โปรดด้วย

"มนุษย์" ภาษาบาลีเรียกว่า "ปุถุชน" นี่คือบุคคลประเภทรู้บุญ รู้บาป แยกแยะเหตุผลดี ชั่ว ได้ บำเพ็ญตนเป็นประโยชน์เสียสละเพื่อผู้อื่น และสังคม นี่แหละเรียกว่า "มนุษย์" พระองค์จึงมีพุทธานุญาตให้บวชได้ นี่คือเวลาบวช คู่สวดต้องถามว่า "มนุโสสิ" ท่านเป็นมนุษย์หรือเปล่า ? ตอนหลังสมัยต้นรัตนโกสินทร์มาแต่งเรื่องปลอม ว่ามีนาคแปลงตัวมาบวชเลยต้องถาม ว่าไปโน่น

ด้วยเหตุดังกล่าวข้างต้น จึงมีเพียงหนึ่งเดียวในโลกเท่านั้น คือพระพุทธศาสนา ที่สอน และชี้ทางไปพระนิพพาน ซึ่งศาสนาอื่นไม่มี ดังนี้ ฯ.

ดังนั้นเราท่านทั้งหลาย จึงควรภาคภูมิใจที่ได้เป็น"มนุษย์" และได้ปฏิบัติธรรมะอันสูงสุดของพระพุทธองค์

ขอพุทธานุภาพจงสถิตกับทุกท่านทั่วกัน